

H a n d b u c h
der
populären
Arzneiwissenschaft,
für
die gebildeten Stände
in den nördlichen Provinzen Rußlands,
insonderheit
für
Landgeistliche und Grundbesitzer
in Kurs Liefz und Ehstland,

von
D. Martin Ernst Styr,
Professor der Medicin auf der kaiserl. Universität
in Dorpat.

Erster Theil.

Riga 1803,
bei **Julius Conrad Daniel Müller,**
privilegirten Kron- und Stadt-Buchdrucker.

BIBLIOTHECA
ACADEMICA
DORPAT.

S r. M a j e s t ä t
dem Kaiser und Selbstherrscher
aller Reussen

A l e x a n d e r I.

dem Vater seines Volks,
dem Beförderer wahrer Humanität,
dem
Beschützer der Künste und Wissenschaften,

widmet allerunterthänigst

diese Schrift

der Verfasser.

V o r b e r i c h t.

Je mehr in den neueren Zeiten über populäre Arzneikunde verhandelt wurde; desto einleuchtender ward es, daß ihre Gränzen mit dem Grade der Kultur, und demjenigen äußeren und inneren Zustande einer Völkerschaft, der auf ihr Gesundheitswohl Einfluß hat, im Verhältniß stehen müssen.

Ein Werk, das diesen Beziehungen entspricht, gehört wohl unstreitig zu den angelegentlichsten Bedürfnissen des physischen Wohls einer jeden Völkerschaft.

In Rußland ist der Landmann noch nicht auf der Stufe der Ausbildung, daß er durch eigene, für ihn bestimmte Schriften der Art belehrt werden könnte; es muß mithin durch

mündlichen Unterricht, oder durch eine humane Hilfsleistung derjenigen Menschenklasse geschehen, deren Einsichten von größerem Umfange sind. Zum letzteren Behuf bearbeitete ich gegenwärtiges Handbuch, dessen mehr als gewöhnlichen Umriss die höhere Kultur der Leser, für die es bestimmt ist, hoffentlich rechtfertigen wird. Es soll sie in den Stand setzen, die Gesundheit des Landmanns, so viel möglich, zu befördern; und die Mittel an die Hand geben, wodurch die herrschendsten Krankheiten nicht sowohl geheilt, als vielmehr verhütet werden können.

In wie weit meine Arbeit dazu geeignet sey, mögen kompetente Richter entscheiden; ich rechne aber um so mehr auf Nachsicht bei ihrer Beurtheilung, da meinen Gegenstand noch niemand vor mir, nach den angegebenen Ansichten, erörtert hat.

Der praktische Theil soll zu keinem blinden Empirismus führen; sondern eine rationelle,

durchaus zweckmäßige populäre Arzneikunde gründen. Ich werde ihn mit beständiger Beziehung auf diesen ersten Theil ausarbeiten, und nur leichte, einfache und plötzliche Krankheitsfälle mit den gebräuchlichsten Mitteln zu behandeln anzeigen; in schwierigen Fällen aber immer auf den Arzt verweisen.

Das, was ich in diesem ersten Theile von Lief- und Ehstland sage, ist fast alles auch auf die übrigen nördlichen Provinzen Rußlands anwendbar.

Die bekannten Schriften verschiedener verdienstvoller Männer um Lief- und Ehstland, als: die eines Hupel's, Fischer des älteren und jüngeren, Bergmann's und mehrerer anderer, habe ich, wo sie in meine Materie einschlugen, zweckmäßig zu benutzen gesucht; aber nicht immer die Stellen mit Citaten belegt, weil die Anführung derselben, bei der Bearbeitung der Gegenstände, mir den Gang meiner Ideen störte.

Bei dem allen wünschte ich dem gegenwärtigen diätetischen Theil, in Hinsicht der äußeren und inneren Konstitution unserer Landleute *), in der Folgezeit noch mehr Vollständigkeit zu geben. Ich bitte daher alle Herren Grundbesitzer, Landgeistliche und jeden Sachkundigen, bei Durchlesung desselben mir alle Mängel gütigst anzuzeigen, welche sie etwa bemerken möchten; um selbige in einer zweiten Auflage zu verbessern, und das Werk für mein Vaterland desto brauchbarer zu machen.

*) Unter dem Worte Konstitution verstehen die Aerzte denjenigen äußeren und inneren Zustand des Menschen, der mit seinem Gesundheitswohl in Beziehung steht. Die innere Konstitution begreift die Körperbeschaffenheit; die äußere, die ihn umgebenden Außendinge, welche Einfluß auf die Gesundheit haben, als: Luft, Witterung, Jahreszeit u. s. w.

I n h a l t.

Von der populären Arzneiwissenschaft überhaupt. S. I

Begriff — Eintheilung — nähere Bestimmung — Nutzen der populären Arzneiwissenschaft, und Widerlegung der Einwürfe, die man demselben entgegenstellte.

Erster Theil.

Von der Gesundheitskunde S. 15

Allgemeine Pränotionen der Gesundheitskunde — Leben — Reizbarkeit und Wirkungsvermögen — Lebenskraft, Erregbarkeit — Lebensprincip — Empfindung — Empfindlichkeit — Mitgefühl — Reiz — spezifische Reizbarkeit — Reizung und Erregung — Verschiedenheit der Reizung und Erregung — Mittelgrad der Erregung — Ethenie — Aethenie — extensive und intensive Vermehrung oder Verminderung der Erregung — direkte und indirekte Schwäche — Gesundheit — ihre Modifikationen und Abstufungen — das Ende des Lebens — Gesundheitskunde — Wichtigkeit und Erfordernisse dieses Theils der populären Arzneiwissenschaft — Kautelen und allgemeine Grundsätze der Gesundheitskunde.

I. Von dem Einfluß des Himmelsstrichs, und der Lage Liefz und Ebstlands, auf die Gesundheit der Landleute. S. 22

Beschreibung des Himmelsstrichs — seines Einflusses — Wirkungen langer Tage und Nächte — der trockenen Sommerhitze — Anwendung für die Diätetik und Praxis §. 1. — Lage, gesündeste Ortslage §. 2. — Niedrige Stellen, Moräste §. 3. — Ihre Schädlichkeit, Schädlichkeit der Thäler §. 4. — Einfluß der Waldungen §. 5. — der Gewässer — Probemittel des Wassers §. 6. — die

derheit bei den Blattern §. 42. — Schädliche Folgen der Unreinlichkeit der Landleute — des Tragens nasser Wäsche — der Kleider kranker und verstorbener Personen §. 43. — Nachtheile des Tabakrauchens — der Weber: Kalk: und Staubarbeiten §. 44.

IV. Von dem gehörigen Genuß der Nahrungsmittel der Landleute. S. 75

Die Verdauung und Ernährung §. 45. — Weitere Erörterung der Ernährung — der Absonderung der Säfte §. 46. — Von den Nahrungsmitteln der Landleute §. 47. — Eigenschaften der Kohlarten als Nahrung und Arznei §. 48. — des Lauchs, der Zwiebeln §. 49. — des Knoblauchs §. 50. — der Hanfssaamen §. 51. — der Gersten: Hafer: Buchweizen: und Hirsen: grütze §. 52. — der Rüben, der Gurken, der Kürbise §. 53. — der Kartoffeln — der Hülsenfrüchte §. 54. — des Rettigs und Meerrettigs — des Gartenkörbels — der Salepwurzel §. 55. — der verschiedenen Beeren §. 56. — Eigenschaften der Nahrungsmittel des Thiers: reichs §. 57. — des Rind: Schaaf: und Schweinefleisches — des Fetts §. 58. — der Kuhmilch §. 59. — der Butter §. 60. — der Käse §. 61. — Unmäßiger Genuß der Fleischspeisen — des gesalzenen und geräucher: ten Fleisches §. 62. — Fischnahrung §. 63. — Laichzeit der Fische §. 64. — Heringe §. 65. — Unmäßigkeit im Essen und Trinken überhaupt §. 66. — Die Esszeiten §. 67. — Sommer: und Winterkost §. 68. — Gehö: riger Genuß der Getränke §. 69. — Getränke der Landleute §. 70: 72. — Gebrauch und Mißbrauch des Brandweins §. 73: 76. — Ueber die Mittel wider den Hang zur Trunkenheit §. 77.

V. Von der nöthigen Ruhe und Bewegung zur Gesundheit. S. 110

Wirkungen der Bewegungen und Ruhe §. 78. — Eintheilung der Bewegungen §. 79. — Angemessene Bewegung und Ruhe §. 80. — Bewegungen der Landleute §. 81. — Uebertriebene Bewegungen §. 82. — Bewegungen in Krankheiten §. 83.

VI. Von der Anwendung der warmen und kalten Bäder zur Gesundheit. S. 114

Die heißen Dunstbäder gehören zu den passiven Bewegungen §. 84. — Beschreibung der Dunstbäder §. 85. — Gebrauch der Badstuben §. 86. — Erklärung, warum das Springen aus der heißen Badstube ins kalte Wasser von keinen nachtheiligen Folgen ist — Reiben mit Schnee §. 87. — Kurarten in den Dunstbädern §. 88. — Bemerkungen über die heißen Dunstbäder §. 89. — Ueber die lauwarmen Bannenbäder — über die Wärme §. 90. — Wirkungen der Dunstbäder im Bade §. 91. — Veränderungen nach dem Bade §. 92. — Resultate für ihre Anwendung bei den Landleuten §. 93. — Bestimmung der Fälle, in denen sie schädlich sind §. 94:95. — Das kalte Sturzbad — sein Nutzen und Schaden §. 96. — Bedingungen, wenn die kalten Sturzäder stärken sollen — Eigenschaften der Kälte §. 97.

VII. Von dem Schlafen und Wachen zur Beförderung der Gesundheit. S. 129

Wirkungen des Schlafens und Wachens §. 98. — Nachtheile des zu langen Schlafens — der Schlaflosigkeit §. 99. — Mittel wider Schlaflosigkeit §. 100. — Nöthige Schlafzeit §. 101. — Nachtheile unordentlicher Schlafzeiten §. 102. — Nachtheile verschiedener Schlafstellen §. 103. — Nachtheile des Wachens §. 104.

VIII. Von den nöthigen Absonderungen und Aussonderungen des Körpers. S. 135

Wichtigkeit dieser Naturbedürfnisse §. 105. — Nutzen der beständigen unmerklichen Ausdünstung §. 106. — Die heilsamste Ausdünstung — ihre Menge — Ersatz durch die einsaugenden Gefäße §. 107. — Hindernisse der Ausdünstung §. 108. — Mittel wider die unterdrückte — wider die zu starke Ausdünstung §. 109. — der Beischlaf — Folgen der Unmäßigkeit des Beischlafs §. 110:111. — Gegenmittel §. 112. — Die täglichen Ausleerungen — Mittel gegen ihre Unordnungen §. 113:115. — Die Meneses — Einfluß derselben in weiblichen Krankheiten §. 116.

IX. Von den Temperamenten der Landleute, und ihrem Einfluß auf die Gesundheit. S. 144

Begriff des Worts Temperament §. 117. — das angeborene und erworbene Temperament §. 118. — Die nächste Ursache der Verschiedenheit der Temperamente §. 119. — Eintheilung der Temperamente §. 120. — Das prädisponirende Temperament unserer Landleute §. 121. — Krankheiten: Anlagen des phlegmatischen Temperaments — Gegenmittel §. 122. — Dispositionen des melancholischen Temperaments §. 123. — Kennzeichen dieses Temperaments §. 124. — Seine Empfänglichkeit zu Krankheiten — Gegenmittel §. 125. — Verhalten zur Verbesserung des Temperaments §. 126.

X. Von den Gemüthsbewegungen der Landleute. S. 150

Eintheilung in Affecte und Leidenschaften §. 127. — Begriff, Einfluß der Gemüthsbewegungen — insonderheit auf das weibliche Geschlecht §. 128. — Die Traurigkeit — ihre Wirkungen — Gegenmittel §. 129/131. — Die Furcht — ihre Wirkungen §. 132. — Krankheiten — weitere Folgen der Furcht §. 133. — Anlagen — Gegenmittel §. 134. — Der Schrecken — Wirkungen des Schreckens §. 135. — In Krankheiten §. 136. 137. — Gegenmittel §. 138. — Zorn und Rachsucht §. 139. — Wirkung auf das Gallensystem §. 140. — Gegenmittel — Bedenkliche Mittel nach Hoffmanns Erfahrungen §. 141. — Anlagen zur Aergerniß §. 142. — Ehrgeiz, Indignation, Ingrimm, Scheu §. 143.

XI. Von der körperlichen Beschaffenheit der Landleute. S. 159

Wichtigkeit der Kenntniß der Körperkonstitution §. 144. — Die trockene und magere Konstitution unserer Landleute §. 145. — Zunehmen bei guter Nahrung und Körperpflege §. 146. — Diät der trockenen und mageren

Konstitution — Heilmethode in Krankheiten §. 147. — Die vollblütige Konstitution §. 148. — Diät in der Vollblütigkeit §. 149. — Die reizbare Konstitution — ihre Behandlung im gesunden und kranken Zustande §. 150. — Weitere Erörterung der Diät dieser Konstitution §. 151.

XII. Von dem Charakter, Fähigkeiten, und Vorurtheilen der Landleute. C. 165

Folgen der Eindrücke der frühesten Kindheit §. 152. — Unbestimmter Charakter der Landleute §. 153. — Mangel großer Tugenden — ihre Geistesfähigkeiten §. 154. — Allgemeine Züge ihres Charakters — ihre Laster — Folgen dieser Laster §. 155. — Witz — Einbildungskraft — Aberglaube — Begriffe — Elprit de Corps der Landleute §. 156. — Nutzen der Kenntniß dieser Eigenheiten am Krankenbett §. 157.

XIII. Von dem Ehestande, der Empfängniß, und dem Verhalten während der Schwangerschaft. C. 170

Ehestand der Landleute §. 158. — Empfängniß — ihre Kennzeichen §. 159. — Unsichere und sichere Zeichen einer Schwangerschaft §. 160. — Verhalten der Mutter in der Schwangerschaft §. 161. — Verhütung aller Gemüthsbewegungen — insonderheit des Schreckens §. 162. — Vermeidung jedes Drucks — Stoßes — schweres Tragens — starker Anstrengungen — gewaltsamer Bewegungen — Erhitzungen u. s. w. §. 163. — Diät einer schwangern Person — Folgen der Hartleibigkeit und Leibesverstopfung §. 164. — Folgen der Zufälle der Schwangern §. 165.

XIV. Von den Entbindungen, und der körperlichen Erziehung bei den Landleuten. C. 176

Bemerkungen über das gewöhnliche Verfahren bei den Entbindungen der Landleute §. 166, 167. — Beschreibung

einer herannahenden Niederkunft — Verrichtungen, die bei einer natürlichen Geburt statt finden §. 168. 169. — Verrichtungen gleich nach der Geburt des Kindes — Fehler, welche unwissende Hebammen sowohl während, als nach der Geburt zu begehen pflegen — Verhütungs-Vorschläge §. 170. — Vollendung der Entbindung — Verhalten der Mutter nach der Entbindung §. 171. — Behandlung der Mutter und des neugeborenen Kindes — bei widernatürlichen Zufällen §. 172. 173. — Weitere Erörterung des Verhaltens einer Kindbetrerin §. 174. — Bei dem Milchfieber §. 175. — Bei der Kindbettreinigung §. 176. — Die Pflege des Kindes §. 177. — Fehler beim Stillen und der körperlichen Erziehung der Kinder §. 178. 179. — Heilmittel — verderbliche Gewohnheiten in den ersten Jahren der Erziehung §. 180. — Erklärung der Körperbeschaffenheit, und angemessenen Behandlung der Kinder §. 181.

XV. Von der Bewahrung der Gesundheit bei epidemischen und ansteckenden Krankheiten. C. 196

Exposition des Begriffs der epidemischen und ansteckenden Krankheiten §. 182. — Bewahrungsmittel der Gesundheit gegen selbige — reiner Luftkreis — erhabene Ortslage — Feuer — Rauch — angezündete Harze — Tabaksrauchen — Dämpfe von Salpeter — Dünste — Bieressig — Kaltwasser — Salzsäure — Lustreiniger — Beschaffung alles Unraths und Kleidungsstücke der Kranken §. 183. — Verhütung der Annäherung und Berührung — Einräuchern der Kleider — Qualität der Kleider — Empfänglichkeit der Wäscherinnen — venerische Ansteckung — Ausspülen des Mundes mit Essig §. 184. — Diät — Nutzen der Mäßigkeit — der säuerlichen Zubereitungen von Vegetabilien — der schweißtreibenden Nahrungsmittel — des Brandweins — Vorsicht beim Ausgehen des Morgens §. 185. — Enthaltung aller Gemüthsbewegungen — insonderheit der Furcht und Traurigkeit — Mittel zur Beförderung der Absonderungen und Aussonderungen — Symptome, die eine Ansteckung andeuten — Einreibungen mit warmen Baumöl §. 186.

XVI. Von der Untersuchung des Pulses, und dem Gebrauch und Mißbrauch des Aderlassens. S. 205

Ueber die Kenntniß des Pulses §. 187. — Untersuchung — Verschiedenheiten des Pulses §. 188. — Beurtheilung des Pulses §. 189. — Der Puls nach den verschiedenen Lebensperioden — nach dem Temperament — nach dem Schlaf — nach Ruhe und Bewegung — nach dem Tabakrauchen — nach Gemüthsbewegungen — nach genossenen Nahrungsmitteln §. 190. — Resultat der zufälligen Veränderungen des Pulses — Der harte und weiche Ader Schlag §. 191. — Die Anzeige des Aderlassens §. 192. — Aderlaß bei schwächlichen — bei vollblütigen Konstitutionen — wiederholtes Aderlassen §. 193. — Quantität des abzulassenden Bluts — in entzündlichen Krankheiten — in zweifelhaften Fällen §. 194. — Mißbrauch — als Präservativmittel — Gegenanzeigen des Aderlassens §. 195. — Unentbehrliche, theils schädliche, theils nützliche Aderlässe — sehr bedenkliches Aderlassen — Verhütung der Ohnmachten beim Aderlassen — Aderlassen bei den Landleuten §. 196.

Von der
populären Arzneiwissenschaft überhaupt.

Begriff — Eintheilung — nähere Bestimmung — Nutzen
der populären Arzneiwissenschaft, und Widerlegung der
Einwürfe, die man demselben entgegenstellte.

Die populäre Arzneiwissenschaft ist der Inbegriff
derjenigen medicinischen Lehrsätze, welche Nichtärz-
ten zur Bewahrung der Gesundheit, und Heilung
oder Erleichterung der herrschendsten Krankheiten
dienen.

Als ein Zweig der sämmtlichen Arzneiwissen-
schaft, zerfällt sie in den theoretischen und praktischen
Theil. Jener, begreift die Gesundheitskunde; die-
ser, die Lehre von den Krankheiten und Heilarten
derselben.

Der künftige Volksarzt muß nicht bloß zweckmä-
ßige, sondern auch ausführbare Vorschläge zur För-
derung der Gesundheit ertheilen; er muß die Ursachen
der herrschendsten Uebel einsehen, und diejenigen
Mittel angeben, wodurch sie zunächst gehoben, oder
wenigstens erleichtert werden können. Erwägt man

demnach, daß alles, was uns umgiebt, Einfluß auf unseren Körper äußert; daß der Himmelsstrich, die Ortslage, die Lebensart, und viele andere Verhältnisse der Menschen, allenthalben verschieden sind: so ergiebt sich, daß jede Völkerschaft, sowohl im gesunden als kranken Zustande, in jedem Lande eigene Modifikationen erleide. Es müssen mithin die Vorschriften des Verhaltens diesen Modifikationen angemessen seyn, und ihre Ausführbarkeit, durch genaue Erörterung aller Umstände, die dabei zusammen laufen, begründet werden.

Nach diesen vorausgesetzten Bestimmungen, werde ich die Begriffe der populären Arzneiwissenschaft erläutern; ehe ich sie aber auseinander setze, werde ich den Nutzen dieser Wissenschaft zu würdigen suchen, und die Einwürfe widerlegen, die man demselben bisher entgegenstellte.

Es ist, bei der Stufe der Kultur unseres Zeitalters, eine sehr auffallende Lücke der Ausbildung, daß der verfeinerten Menschenklasse, so viel auch bisher, von Aerzten und Nichtärzten, über populäre Arzneikunde verhandelt wurde, noch immer diejenigen Kenntnisse fehlen, welche auf Leben und Gesundheit, zunächst und den wichtigsten Einfluß haben.

Wir sind fast in allen Erfahrungswissenschaften, wie George Forster behauptet, so weit gekommen, daß wir den Zusammenhang der Dinge im Allgemeinen übersehen können; nur in der Arzneikunde, ist der kultivirteste Mensch so unbewandert, daß ihm sogar ihre ersten Grundwahrheiten fremd sind. Man weiß oft sehr genau, wie eine Pflanze erhalten werden muß, und hat nicht die geringsten Begriffe von der richtigen Pflege seines eigenen Körpers.

Es gehört demnach zu den wesentlichsten Zeitbedürfnissen, auf diese Inkonsequenzen aufmerksam zu machen: damit der Mensch einmal aus seiner Unmündigkeit heraustrete, in Sachen, die sein physisches Wohl betreffen.

Die Arzneikunde, so sehr sie auch, ihrem weiten Umfange nach, wissenschaftlich und als Berufsgeschäft betrieben, ihren ganzen Mann erfordert; ist ihrem Wesen nach, wie Arkesilas bei Wieland sagt *), nicht blos Sache der Aerzte, sondern Angelegenheit der gesammten Menschheit. Die Beobachtungen vieler Menschen würden schon längst mehr zur Berichtigung mancher einseitigen Theorien in der Arzneikunde beigetragen haben, als die geringere Anzahl der Beobachtungen einzelner Aerzte. Daher lehrten auch schon die Philosophen des Alterthums, daß jedermann die Arzneiwissenschaft studiere; und nach Celsus, einem glaubwürdigen Schriftsteller des ersten Jahrhunderts, wurde sie damals für einen Theil der Philosophie gehalten. Der gebildete Mensch mußte, in ihren Hauptgrundsätzen, eben so gut unterrichtet seyn, als in andern Erfahrungswissenschaften. Dadurch würde er sowohl zur Bewahrung der Gesundheit, als auch bei den mannigfaltigen kranken Zuständen am besten berathen seyn; und sich nicht der Gefahr aussetzen, Gesundheit und Leben, die bei bessern Einsichten erhalten werden konnten, der Unwissenheit und einer blinden Autorität Preis zu geben. Er würde sich dann, von dem Werth oder Unwerth eines Arztes, nicht leicht zu spät überzeugen; und gegen alle Verführungen des Charlatanismus sicher stellen können.

*) Neuer deutsch. Merk. 8 St. 1796.

Der individuelle Nutzen des Studiums der populären Arzneiwissenschaft, würde noch hauptsächlich in der Kenntniß der Einwirkung alles dessen bestehen, was mit dem Körper in Berührung kommt. Der Nichtarzt würde dadurch wissen, was dem Körper nützlich oder schädlich ist; und vor unzähligen Unfällen bewahrt seyn, welchen er, ohne diese Kenntnisse, blindlings entgegen geht. Er lernt durch sie die Natur seines Körperbaues, und die Hinfälligkeit der Gesundheit einsehen; er lernt die Erhaltung und Bildung körperlicher Kraft, ihren Werth, ihre Vorzüge, und den Genuß derselben, der in ihrem Gefühl, und dem mächtigen Spiel einer regsamen Seele, in einem solchem Körper liegt, schätzen; er lernt einsehen, wie oft kleine unbedeutend scheinende Einwirkungen auf denselben, die man sonst nicht achtet, früh oder spät, die wichtigsten und traurigsten Folgen haben.

Eben dieses Studium belebt endlich auch den Geist, zur lebhafteren Empfänglichkeit der moralischen Obliegenheiten; zur Neigung, die Dienste zu leisten, die ein menschliches Wesen dem andern zu leisten schuldig ist. Ein Nichtarzt, mit diesen Kenntnissen ausgerüstet, wird die Vergehungen des Temperaments, von den Vergehungen der Bosheit unterscheiden; er wird verschuldete Schwächen seines Nebenmenschen nicht für verschuldete Verbrechen halten; er wird sie bei seinen Nebenmenschen duldsamer ertragen, wann er weiß, daß sie von der Mischung der Säfte, von der Organisation und Spannkraft der Nerven entstanden sind; er wird also durch das Studium der populären Arzneikunde humaner werden. Kenntnisse von diesem Umfange, gehören freilich nur für die gebildeten Stände; so wie über-

haupt die Gränzen der populären Arzneikunde, immer mit dem Grade der übrigen Kultur eines Standes, in Verhältniß stehen müssen.

Nirgends würde sich aber diese Wissenschaft wohlthätiger erweisen, als unter den Landleuten; da sie oft großen Leiden unterliegen, die durch eine sachkundige und humane Hülfsleistung leicht gehoben werden könnten.

„Landprediger und Schullehrer, sagt ein einsichtsvoller Schriftsteller, die in der Medicin so viel Kenntnisse hätten, daß sie den Landärzten hülfsliche Hand bieten könnten, würden dem Staate das Leben vieler tausend Menschen erhalten, und sie vor einem siechen, zur Arbeit untauglichen Körper bewahren.“ Der Meinung waren auch Tissot, Fermin, Falkoner, Rahn, Mezger, und mehrere andere berühmte Aerzte; daher sie auch, hauptsächlich für das Landvolk, ihre Anleitungen und ihren Unterricht schrieben. Einen eben so großen und edlen Wirkungskreis, würden auch in unserem Vaterlande die Landgeistlichen, die Grundbesitzer, und jeder Menschenfreund vor sich finden, wenn sie zu diesem Endzweck in der populären Arzneikunde unterrichtet wären. Sie würden diesem Zweck dadurch entsprechen, wenn sie den Einfluß des Lokals, und des individuellen Zustandes der Bewohner ihres Orts auf die Gesundheit beobachteten und aufzeichneten; wenn sie den Einfluß des Himmelsstrichs, der Atmosphäre, der Jahreszeiten, der Witterungen auf den Körper bemerkten, und den jährlichen Gang der Krankheiten kennen lernten.

Dadurch würden sie viele nachtheilige Einwirkungen, durch zeitige Warnungen, zu verhüten wis-

sen; und viele Krankheiten, wo nicht heben, doch wenigstens erleichtern können. Sie würden schwere Fälle zu beurtheilen verstehn, und nicht zu spät die Hülfe des Arztes suchen. Sie würden dem, oft aus einer weiten Entfernung zugerufenen Arzte, den besten Aufschluß über die Entstehung einer Krankheit ertheilen; da ihnen die Lebensart, und die körperliche Beschaffenheit der Landleute, besser als dem Arzte bekannt sind. Sie würden Vorurtheile aufdecken, Irrthümer berichtigen, und von den Vorfahren ererbte schädliche Gewohnheiten vertilgen. Sie würden bei epidemischen und ansteckenden Krankheiten, zeitig Vorschriften des Verhaltens, zur Bewahrung der Gesundheit ertheilen; und bei plötzlichen Unfällen und Lebensgefahren, die baldmöglichste Hülfe und Rettung leisten. Sie würden endlich eine zu frühe Beerdigung verhüten; und beim Scheintode alle Mittel anwenden, die zur Wiederbelebung erprobt und bewährt befunden sind.

So evident der Nutzen der populären Arzneikunde, in diesen angeführten Fällen sich auszeichnet; so sind doch dagegen von mehreren Ärzten Einwürfe aufgestellt worden, welche hier verdienen erwogen zu werden. Einige bezweifelten, daß ein Nichtarzt, durch den populären medicinischen Unterricht, je im Stande seyn könne, eine Heilung auszumitteln, die der Beschaffenheit eines Individuums angemessen sey; da er weder chemische noch mechanische Kenntnisse, noch weniger die, der lebendigen Natur oder der Lebenskraft hat. Andere behaupteten, daß der populäre medicinische Unterricht einen blinden Empirismus begünstige, die Zahl der Ackerärzte vermehre, und demnach mehr schädlich als nützlich sey; weil der Unterricht unvollständig und mangelhaft, und in der

Anwendung unsicher und gefährlich wäre. Noch andere machten die Einwendung, daß der populäre medicinische Unterricht zu dem Bahn verleite, den Arzt für entbehrlich zu halten; und daß sein Fortkommen dadurch gehindert werden würde. Wir wollen diese Einwürfe nun beantworten.

Der erste Einwurf hat viel Wahrscheinlichkeit für sich. Es ist wahr, die Arzneikunde kostet einen solchen Aufwand von Zeit und Kräften, daß gewiß nur wenige Menschen im Stande sind, sich außerdem noch einigen anderen Geschäften zu widmen. Es ist wahr, daß der Nichtarzt sich keine vollständige Kenntnisse im medicinischen Fach erwerben kann; aber es folgt daraus noch gar nicht, daß er nicht so viel chemische und mechanische Kenntnisse besitzen, nicht so viel von der lebendigen Natur oder der Lebenskraft wissen könne, als zur Ausmittelung der Heilung einiger einfachen und einheimischen Krankheiten, und zur Kenntniß der inneren und äußeren Konstitution seiner Landsleute gehöre. Wenn gleich der Nichtarzt, nicht alle Abweichungen der Krankheiten erkennen kann; wenn er gleich nicht complicirte Krankheiten zu heilen im Stande ist: so kann er doch von den Krankheiten überhaupt; von den herrschendsten der Gegend, in der er lebt; von den Zeichen des gesunden und kranken Zustandes des Menschen; von den Eigenschaften der gebräuchlichsten und einfachsten Arzneien; von dem Einfluß des Himmelsstrichs, der Jahreszeiten, der Luft und Witterung auf den Körper; von dem Verhalten nach diesen Einflüssen; von dem Verhalten nach der Lebensart in einem Lande; von dem gehörigen Genuß der Nahrungsmittel; von der nöthigen Ruhe und Bewegung zur Gesundheit; von den nöthigen Absonderungen und Aussonderungen

des Körpers; von dem Einfluß der Temperamente und Gemüthsbewegungen auf die Gesundheit; von dem Verhalten der verschiedenen Körperkonstitutionen; von dem Verhalten in der Schwangerschaft; von den natürlichen Entbindungen; von der körperlichen Erziehung der Kinder; von der Bewahrung der Gesundheit bei epidemischen und ansteckenden Krankheiten, sehr richtige und nützliche Kenntnisse erlangen. Wie viele schädliche Gewohnheiten, Aberglauben, Vorurtheile und Irrthümer dadurch berichtigt werden könnten, wird jedem unbefangenen Denker dabei einfallen. Wir haben schon vorhin erinnert, daß eine rationelle populäre Arzneikunde, nur für die gebildeten Stände zu bestimmen sey; und daß ihre Gränzen, mit dem Grade der übrigen Kultur eines Standes, wenn sie wirklich wohlthätig seyn soll, immer in Verhältniß stehen müssen. Wenn demnach der gebildete Mensch, wie die Erfahrung lehrt, schon durch Beobachtung seiner selbst, das richtige Verhalten seines Körpers kennen lernt; wie viel leichter muß er nicht, jede Körperkonstitution, durch einen rationellen Unterricht zu unterscheiden und zu beurtheilen im Stande seyn? Warum kann der Nichtarzt nicht so viel Mechanik und Chemie erlernen, als zur Bewahrung der Gesundheit, und zur Mischung einiger weniger bestimmten Heilmittel nothwendig ist? Er kann sich diese Kenntnisse in sehr kurzer Zeit erwerben, da sie viel leichter, angenehmer und nützlicher sind, als viele andere, mit welchen man sich eine lange Zeit, oft ein ganzes Leben hindurch, blos zum Zeitvertreib beschäftigt. Gewiß es wäre zu wünschen, daß Männer von Bildung, dem Studio der populären Arzneikunde, nur die Hälfte der Zeit widmeten, die sie gemeiniglich auf das Studium menschlicher Meinungen anwenden. Was zudem zur

Kenntniß der individuellen Konstitution gehört; so kann der Nichtarzt, insonderheit wenn er Landgeistlicher ist, diese, durch Beobachtung der Lebensart, des Temperaments, der Gemüthsbewegungen, des Charakters, der Fähigkeiten der Landleute; durch Beobachtung des Einflusses der Ortslage, des Klimas, des Himmelsstrichs, der Atmosphäre und der Jahreszeiten eines Landstrichs; durch Beobachtung des Ganges der Krankheiten in einem Lande, bei wenigern Geschäften und Kranken, als ein Arzt hat, oft besser, als der aus einer weiten Entfernung zueilende Arzt beurtheilen. Er kann demnach eine Heilung ausmitteln, die in jeder Hinsicht der äußeren und inneren Konstitution eines Subjekts angemessen ist. Als Belege dieser Behauptung kann die glückliche Behandlung und Einimpfung der Blattern des verewigten und für Liefland unvergeßlichen Pastor Eisen's, wie auch des noch jetzt lebenden Pastor Bergmann's dienen; und mehrere andere Fälle, welche der verdienstvolle Hupel anführt. Dies sind Thatfachen aus unserem eigenen Vaterlande, von denen ich sehr viele aufzählen würde, wenn sie nicht allgemein bekannt und anerkannt wären.

Der zweite Einwurf: daß der populäre medicinische Unterricht einen blinden Empirismus begünstige, und mehr schädlich als nützlich sey, ist nun schon durch die Beantwortung des ersteren widerlegt.

Der Empiriker wird durch das Lesen guter populärer medicinischer Schriften gebessert, indem sie ihn auf die Ursachen aufmerksam machen, die er, bei der Behandlung der Krankheiten, zu berücksichtigen hat; und vor den Gefahren warnen, die auf eine fehlerhafte Behandlung zu erfolgen pflegen. Seine Begriffe über das Verfahren am Krankenbett, wer-

den demnach durch das Lesen dieser Schriften aufgehellet; und er wird weniger fehlen, bei der rationellen Anleitung, die er in den populären medicinischen Schriften findet, als ohne dieselbe. Daher haben dergleichen Empiriker auch eher, als populäre medicinische Schriften existirt, und man kann ihre Entstehung keinesweges diesen Schriften zuschreiben. Jedem Forscher der Geschichte wird zudem die Bemerkung nicht entgehen, daß Empiristen ehemals häufiger als gegenwärtig waren; und daß sie, mit der Einführung einer rationellen populären Arzneiwissenschaft, in den neuern Zeiten, immer seltener wurden. Wir können daher der Meinung derjenigen Aerzte nicht beitreten, welche allen praktisch medicinischen Unterricht für Nichtärzte verwerfen, und die Behandlung aller, sogar der einfachsten Krankheiten ihnen nicht gestatten wollen. Wie irrig diese Meinung sey, muß um so mehr auffallen, wenn man bedenkt, wie unmöglich es sey, blos Aerzten die Heilung der Krankheiten zu überlassen. In jedem Lande, wo das Personale der Aerzte auch noch so sehr übersezt ist, kommen unzählig viele Fälle vor, wo Kranke die Hülfe des Arztes entbehren müssen. Wie unmenschlich wäre es dann nicht gehandelt, dergleichen Kranken den Gebrauch eines Mittels zu verbieten, das ihnen ein Freund oder Fremder aus Humanität und Theilnahme ertheilt, und die letzte Stütze ihrer Hoffnung ausmacht. Da man also einen solchen Gebrauch nicht versagen kann; da man es auf keine Weise verhindern kann, und es täglich geschieht, daß jedermann Rathschläge in Krankheiten ertheilt: so ist es wohl unstreitig besser, wenn ein zweckmäßiger populärer Unterricht richtigere Begriffe in Umlauf bringt, als die Menschen in Unwissenheit zu lassen. Es kann zudem, ohne die Wahrheit zu

beleidigen, nicht geläugnet werden, daß gebildete Nichtärzte, aus natürlichen Gründen, eine weit vorsichtiger und glücklichere Anwendung von medicinischen Lehrsätzen machen, als viele sogenannte Ärzte und Ackerärzte. Hausväter und Landgeistliche ließen daher in manchen tausend Fällen, an Orten, wo keine Ärzte waren, der Menschheit viel Gutes angedeihen, daß sie Kranken ihre Hülfe leisteten.

Es sind also beide Einwürfe, blos hypothetisch angenommen; beide, nicht in der Erfahrung gegründet. Und wenn auch unglückliche Selbstkuren von Nichtärzten aufzuweisen wären; so machen sie eine Ausnahme von dem gewöhnlichen Gange der Sache, und sind nicht dem rationellen populären Unterricht, sondern vielmehr dem Mangel desselben, einem starken Affekt, oder dem Leichtsinne zuzuschreiben. Die populäre Arzneiwissenschaft, kann nicht in dem Augenblick der Aufregung einer Leidenschaft, nicht in Angst und Furcht, nicht im äußeren und inneren Drange der Gefahr, bei einem überraschenden Unfall, erlernt werden, sondern beruht auf Resultaten eines kaltblütigen, reifen und geübten Beobachtungsgeistes. Jenen Ursachen und Umständen ist daher Barth's unglückliche Weinbergskur bei Halle, wie auch jenes jungen Gelehrten, dessen in den anthropologischen Reisen *) Erwähnung geschieht, zuzuschreiben. Jeder Affekt am Krankenbett hemmt die Unbefangenheit der Reflexion; jedes Leiden, das wir heilen wollen, muß uns nicht so sehr als Leiden, sondern vielmehr als Problem für unsern Verstand interessieren. Daher nicht einmal Ärzte, wenn sie krank befallen, sich selbst zu heilen wagen, sondern

*) Seite 53.

einen andern Arzt um Hülfe suchen. Es kann demnach gar nicht auffallend seyn, wenn Selbstkuren bei Nichtärzten, wie die eben erwähnten waren, unglücklich ablaufen.

Den dritten Einwurf: daß nämlich, der populäre medicinische Unterricht, ~~den~~ ^{den} Ärzten das Fortkommen hindere, oder zu dem Wahn verführe, sie für entbehrlich zu halten, halte ich fast unter der Würde der Arzneiwissenschaft hier weitläufig zu erörtern; da er ein übereilter Ausbruch ärztlicher Selbstsucht ist, und jedermann leicht einsieht, wie sehr dieser prekäre Einwurf allen Vernunftgründen widerstreitet. Der wahre Ignorant in der Arzneiwissenschaft glaubt nur allein mehr zu wissen, als er wirklich weiß, und nur ein solcher Mensch kann den Arzt für entbehrlich halten, welches auch überall die Erfahrung bestätigt. Aber, wer auch nur die oberflächlichsten Kenntnisse in dieser Erfahrungswissenschaft besitzt; sieht sogleich die Schwierigkeiten ein, mit welchen er in vielen Fällen zu kämpfen hat, und die er nicht, ohne Hülfe des Arztes, zu überwinden vermag. Er wird demnach gewiß nicht auf den Wahn gerathen, daß Ärzte entbehrlich wären; sondern es ist vielmehr im Gegentheil zu glauben, daß eben durch das Studium der populären Arzneiwissenschaft; durch richtigere Begriffe von der Arzneiwissenschaft, und von den Erfordernissen des Arztes, der wahre Arzt reellen Gewinn erhalten, und sich alsdann von der Entwürdigung würde aufrichten können, zu der ihn nicht selten, die Ignoranz des Publikums in der Arzneikunde, Familien-Aussprüche, und die verderblichsten Maximen der Politik und Konventionen eines frivolten Zeitalters herabzusetzen pflegen. Das freie, aufrichtige und unverstellte Betragen des wahren Arztes, würde dann gewiß mehr Zutrauen

einflößen, als die geheimnißvolle Mine unserer modernen Aerzte. Blos Unwissenheit und Mangel an eigener Ueberzeugung von dem wahren Werth eines Arztes, sind die Ursachen des Mißtrauens gegen den wahren Arzt, und der oft schiefen Beurtheilung desselben. Mit Recht behauptet daher der Engländer Johnson, daß ein Arzt ein bloßes Spielzeug des Glücks sey; daß die, welche sich ihm anvertrauen, eben so wenig seine Vorzüge, als die, welche ihn verachten, seine Mängel kennen; daß der größte Ruf eines Arztes beinahe nichts für seine Geschicklichkeit beweise, wenn nicht schriftliche Produkte seines Geistes vorhanden sind. Nur diese können es bestimmen, wie sich seine Geschicklichkeit zu seinem Rufe verhalte.

Man wird mithin, durch Verbreitung einer populären Arzneikunde, bei einer bessern Ueberzeugung, nicht mehr dem wahren Arzt einen verächtlichen Wirkungskreis anweisen; indeß der Konvenienzmänn, der kaum die Ammenmilch der Schule verdaut hat, die wichtigste Stelle einnimmt. Man wird fühlen, wie nachtheilig es für das Leben unzählich vieler Menschen war, einen Arzt, den man nicht zu beurtheilen verstand, aus Partheischkeit, und einem von vielen Seiten angelegten Plan, zu einer unverdienten Celebrität zu erheben. Man wird einer blinden Autorität, und schlechten Aerzten nicht mehr Gesundheit und Leben anvertrauen. Man wird von dem Vorurtheile zurückkommen, daß nicht blos mehrere Universitäts-Jahre und Reisen; sondern Urtheilskraft, ein hellsehender Verstand, ein geübter Scharfblick und Beobachtungsg Geist, den wahren Heilkünstler bilden.

Niedere Selbstsucht, und imponirende Täuschungen mancher sogenannten Aerzte, die oft bei ei-

nem gänzlichen Mangel des sittlichen Gefühls, in volkreichen Städten die übermüthigsten Rollen spielen, würden alsdann in ihrer Blöße erscheinen; große Kunsttalente würden dann nicht mehr erkannt; und menschenrettende Handlungen, durch kleine Geister, nicht mehr mißgeleitet und vereitelt werden. Dieser große Gewinn, sowohl für den Arzt als Nichtarzt, würde, wenn gleich nicht Anfangs, doch in der Folgezeit, mit dem allmäligen Fortrückten der Kultur, vom Studio der populären Arzneiwissenschaft unzertrennlich seyn.

Es erhellet demnach, aus dem bisher Gesagten, daß alle Einwürfe, welche man zur Zeit dem Nutzen der populären Arzneikunde entgegen stellte, bei einer genaueren Beleuchtung ungegründet und unstatthaft sind; daß wenn Männer von Fähigkeiten und Kultur, die Arzneiwissenschaft in gehörig bestimmten Gränzen, und in Beziehung des vorhin angeführten Zwecks studierten, ohne daraus eine Berufsgeschäft zu machen, dadurch nicht nur ihr eigenes, sondern auch das Wohl und Interesse der Menschheit befördert; daß ferner, selbst die Arzneikunde dadurch gewinnen und vervollkommenet; ihr Werth mehr eingesehen und anerkannt; und der wahre, menschenrettende Arzt, durch eben dieses Studium, von dem Verderben bringenden Aelterarzte, am sichersten unterschieden werden würde. Das Publikum würde dadurch, wie der große, wahrheitsliebende englische Arzt John Gregory sich ausdrückt, die prahlende Unwissenheit vieler Aerzte einsehen lernen, und die gerechte Richterin und Beschützerin des bescheidenen Verdienstes werden.

Erster Theil.

Von der Gesundheitskunde.

Allgemeine Pränotionen der Gesundheitskunde — Leben — Reizbarkeit und Wirkungsvermögen — Lebenskraft, Erregbarkeit — Lebensprincip — Empfindung — Empfindlichkeit — Mitgefühl — Reiz — spezifische Reizbarkeit — Reizung und Erregung — Mittelgrad der Erregung — Sthenie — Asthenie — extensive und intensive Vermehrung oder Verminderung der Erregung — direkte und indirekte Schwäche — Gesundheit — ihre Modifikationen und Abstufungen — das Ende des Lebens — Gesundheitskunde — Wichtigkeit und Erfordernisse dieses Theils der populären Arzneiwissenschaft — Rautelen und allgemeine Grundsätze der Gesundheitskunde.

Unter Leben versteht man, das Vermögen eines organischen Wesens, seiner Natur nach, thätig zu seyn *).

Alle Thätigkeit der Organe, läßt sich aus zwei Eigenschaften erklären. Die erste, ist die Reizbarkeit; die zweite, das Wirkungsvermögen. Die Reizbarkeit besteht in der Fähigkeit des lebenden Kör-

*) Neil's Archiv 4 B. 1 Heft.

pers, durch Einbrücke von außen, oder Reizze afficirt zu werden; das Wirkungsvermögen, in der Selbstwirksamkeit der organischen Natur, bestimmte Handlungen hervorzubringen. Es besitzt das Bestreben, auf die mannigfaltige Einwirkung der Außendinge sich immer wieder in seiner Qualität herzustellen, um dadurch die Fortdauer des Lebens und der Gesundheit, bis zum natürlichen Ziel der physischen Existenz zu befördern. Es wird daher auch die Reaktion genannt.

Wir sondern diese Eigenschaften der belebten Körper, blos in der Vorstellung von einander; in der Natur sind sie unzertrennlich, und jede Eigenschaft, ist theils die eine, theils die andere, und eine durch die andere.

Dasjenige, was wir uns als Lebensprincip, als letzten inneren Grund dieser Eigenschaften denken, wird von den Aerzten Lebenskraft oder Erregbarkeit genannt. Erregbarkeit [Incitabilitas] wurde es zuerst von Brown benahmt *). Sie begreift alle

*) John Brown war ein origineller Kopf, von Geburt ein Schotte, der zu Edinburg 1759 die Medicin studierte. Er gab ein eigenes System der Heilkunde heraus, das 1792 durch Petrus Roscati in Deutschland unter dem Titel: Joannis Brunonis Elementa Medicinae erschien. Sein System enthält verschiedene eigene, vortrefliche Lehrsätze und ächtpraktische Winke; aber auch verschiedene Mängel und Fehler, die bei einem imponenten Schein von Wahrheit und Konsequenz, in der Praxis gefährliche Mißgriffe veranlassen. Wenn man demnach von der einen Seite den großen Talenten dieses scharfsinnigen Arztes gerne einräumt, daß sie sich ein bleibendes Verdienst um die Wissenschaft erworben haben: so darf man andererseits

Kraftverhältnisse, die das Phänomen zu Stande bringen, welches wir Leben nennen *).

Das thierische Leben, hat vor dem Pflanzenleben, noch Empfindung, Gefühl, Bewußtseyn, daß in den Theilen des Körpers etwas vor sich gehe, und besitzt ein eigenes Vermögen, Reizze aufzunehmen, nach welchen seine willkürlichen Bewegungen, und die Veränderungen im Seelenorgan erfolgen.

Empfindlichkeit, Sensibilität oder Nervenreizbarkeit, ist die Empfänglichkeit für Reizze, mittelst der Nerven, im Seelenorgan.

Mitgefühl, Sympathie, Mitleidenschaft der Nerven, ist diejenige Eigenschaft der Nerven, vermöge welcher Reizze, sich unmittelbar nach den Vertheilungen der Nervenzweige, von verschiedenen Organen auf entfernte fortpflanzen.

Reiz heißt der Eindruck von außen, wodurch die Reizfähigkeit afficirt wird, und eine Bewegung und

zugleich seine Schwächen nicht verschweigen. Brown irrte, wie die größten Männer aller Zeiten in vielen Fällen geirrt haben; und er ist um so mehr zu entschuldigen, da er unter den ungünstigsten Umständen, die den Geisteschwung eines anderen Arztes vielleicht vollständig gelähmt haben würden, für die Wissenschaft arbeitete. Ein Hauptfehler in seinen Lehrsätzen ist, daß gar keine Rücksicht auf Mechanismus und auf die chemischen Verhältnisse der Bestandtheile des organischen Körpers genommen wird. Wir werden in der Folge sowohl das Gute, als die Fehler des Systems anführen.

*) Schelver's Elementarlehre der organischen Natur, 1. T. 1800.

Veränderung in der Form und Mischung eines Organs entsteht.

Specifische Reizbarkeit, ist die eigenthümliche Empfänglichkeit eines Organs, vor anderen Organen, für die Einwirkung gewisser Reizze. Die äußere Einwirkung, als hervorgebrachte Veränderung, heißt Reizung, als hervorgebrachte Thätigkeit, Erregung.

Es giebt verschiedene Grade und Arten der Reizung, so wie auch der Erregung oder der Thätigkeit der Organe, nach den organischen, chemischen und mechanischen Verhältnissen unseres Körpers, und nach der Stärke der Einwirkung und Qualität der Reizze, die auf uns wirken. Die Erregung kann, nach diesen Arten und Graden, verhältnißmäßig zu stark, zu schwach, oder auch im gehörigen Verhältniß sich befinden. Gesundheit und Krankheit hängen von dieser Beschaffenheit der Erregung ab.

Ein gewisser Mittelgrad der Erregung, der dem Wirkungsvermögen proportional ist, erzeugt die naturgemäße gesunde Art zu seyn und zu wirken; eine zu starke, oder zu schwache Erregung, ist hingegen naturwidrig, und dem inneren Zwecke des Organismus entgegen *).

Naturwidrige Zustände, mit zu starker Erregung, werden sthenische; mit zu schwacher Erregung, asthenische Krankheiten genannt. Sthenie **) bezeichnet demnach einen Ueberfluß an Kraft, Asthenie den Mangel der gehörigen Kraft. Die Erregbarkeit

*) Schmid's Zoonomie.

**) Eigentlich Hypersthenie.

aller Organe ist jedoch nie auf eine gleichmäßige Art verletzt, und die Asthenie des einen Organs, ist nicht selten die Folge der Sthenie anderer Organe. Die Stärke und Schwäche der Erregung wird nicht durch ihre extensive Vermehrung oder Verminderung, das ist, ihrer Aeußerung, Ausdehnung, oder Schnelligkeit nach bestimmt; sondern nach ihrer intensiven Größe, das ist, derjenigen der Kraft nach erkannt. Auf dieser Eintheilung beruht der Unterschied der wahren und falschen Stärke und Schwäche der Erregbarkeit.

Brown bestimmt zwei Arten von Schwächen: Schwäche von zu starker Erregung oder Ueberreizung, wenn die Erregbarkeit dadurch vermindert wird, oder indirekte Schwäche; und Schwäche von zu vieler Erregbarkeit, wegen Mangel an Reizzen, oder direkte Schwäche.

Gesundheit ist der natürliche Zustand des Lebens, in welchem alle Verrichtungen, der Naturbestimmung gemäß, mit einer gewissen Leichtigkeit, Stärke, Ausdauer und Wohlbehagen von statten gehen. Sie hat unzählig viele Modifikationen und Abstufungen, theils nach der Einwirkung der Außendinge, oder nach dem Klima, Lebensart, Jahreszeiten, Gewohnheiten und anderen Umständen der Menschen; theils nach der individuellen Erregbarkeit, die nach dem Alter, Geschlecht, Temperament und Körperkonstitution der Menschen sehr verschieden ist.

Die Alten machten daher schon einen Unterschied zwischen starke, mittlere, und schwache Gesundheit. [Sanitas athletica, media, imbecillis.]

Mit dem Alter wird die Erregbarkeit allmählig vermindert, bis am Ende des Lebens die Reizbarkeit

verzehrt ist, wir für keinen Reiz mehr empfänglich sind, und in einen sanften, ewigen Schlaf verfallen. Bei Landleuten wird ein solches Sterben häufiger, als bei Städten beobachtet.

Die Gesundheitskunde ist die Lehre von dem Einfluß der Außendinge auf den Menschen, und dem richtigen Verhalten zur Bewahrung der Gesundheit.

Sie ist der wichtigste Theil der populären Arzneiwissenschaft; weil ohne sie keine rationelle Heilart statt findet. Bedenkt man ferner, daß es besser ist, ein drohendes Uebel voraus zu sehen, und dem auszuweichen wissen, als ihm blindlings entgegen gehen, und durch eine lange Zeitdauer, oder auch oft zweideutige Mittel es bekämpfen wollen; so gewinnt sie noch dadurch einen Vorzug vor dem praktischen Theil der populären Arzneikunde, indem sie Krankheiten vorzubeugen anzeigt.

Die wesentlichsten Erfordernisse der Gesundheitskunde sind: daß wir die Natur überhaupt, und den Menschen insbesondere kennen. Die ersten Gegenstände welche dargestellt werden müssen, sind demnach das Lokale, und der individuelle Zustand der Landleute in unserem Norden. Ehe wir aber von dem Einfluß dieser Außendinge und dem Verhalten nach demselben handeln, müssen wir folgende Raute-len und allgemeine diätetische Grundsätze voraussetzen.

1. Man besolge nicht ängstlich alle diätetische Vorschriften; weil die Körperkonstitution eines Individuums oft Ausnahmen macht. Hauptsächlich muß dabei das Alter, der Instinkt, die

Idiosinkrasie *), das Temperament, die Gewohnheit, und der jedesmalige Körperzustand eines Individuums berücksichtigt werden.

2. Nach der äußeren und inneren Konstitution des Menschen ist alles nur *relativ* gesund, das heißt, in gewisser Beziehung ist nicht alles, was gesund ist, jedem und immer gesund. Man richte sich daher nach seinem Gefühl, und nach den Folgen seiner Lebensweise. Wer nach derselben eine gewisse Leichtigkeit fühlt, übt ein richtiges Verhalten aus.

3. Je erregbarer ein Individuum ist; desto gelindere Reize darf man auf dasselbe wirken lassen **).

4. Man gewöhne den Körper von frühester Jugend an, immer allmählig von schwachen und wenigen, zu stärkeren und mehreren; aber nicht auf einmal an alle Reize.

*) Idiosinkrasie ist diejenige unerklärte Beschaffenheit des Körpers, nach welcher bei einigen Menschen, der Genuß gesunder Dinge, krankhafte Reizungen hervorbringt.

**) Adschlaub's Pathogenie II. Theil. S. 636.

Wir wenden uns jetzt näher zu unserem Vaterlande.

I. Von dem Einfluß des Himmelsstrichs, und der Lage der nördlichen Provinzen Rußlands auf die Gesundheit der Landleute.

Beschreibung des Himmelsstrichs — seines Einflusses — Wirkungen langer Tage und Nächte — der trockenen Sommerhize — Anwendung für die Diätetik und Praxis §. 1. — Lage, gesündeste Ortslage §. 2. Niedrige Stellen, Moräste §. 3. — Ihre Schädlichkeit, Schädlichkeit der Thäler §. 4. — Einfluß der Waldungen §. 5. — der Gewässer — Probemittel des Wassers §. 6. — die Ostsee §. 7. — Mineralquellen §. 8. — der Boden §. 9. — Einfluß der sandigen Landstriche — des Kalkbodens, nach Mitchell's Beobachtungen §. 10. — Einfluß der verschiedenen Erden nach Humboldt's Erfahrungen — Reaumur's Bemerkungen §. 11. — Einfluß der Fruchtbarkeit des Bodens §. 12.

§. I.

Liesland liegt mit Einrechnung seiner Inseln in der Ostsee, vom 56 Grad 26 Minuten Norderbreite, bis zum 59 Grad 4 Minuten; und zwischen 39 Grad 10 Minuten, und 45 Grad 14 Minuten östlicher Länge. Eystland liegt vom 58 Grad 17 Minuten bis zum 59 Grad 38 Minuten der Breite; und vom 39 Grade 30 Minuten, bis zum 46 Grade 0 Minute der Länge. Durch diese beträchtliche Entfernung vom Aequator nach dem Nordpol zu, haben wir in allen nördlichen Provinzen Rußlands, im Winter sehr kurze, im Sommer aber desto längere Tage.

Der Einfluß langer Tage und Nächte, ist sowohl auf den thierischen Körper, als auf das ganze Naturreich wichtig; aber noch lange nicht genug erforscht und beobachtet worden. Das Tageslicht verstärkt die Luotelektricität und wirkt als ein flüchtiges Reizmittel auf das Nervensystem. Es vermehrt die Thätigkeit dieses Systems, befördert die Tendenz der Säfte nach der Oberfläche des Körpers, und reizt hauptsächlich die Hautorgane. Blinde sollen sogar den Reiz des Tageslichts auf der Haut von der Dunkelheit der Nacht unterscheiden können. Daher gelingt es auch, gelähmte Theile, und mehrere andere asthenische Krankheiten, im Sommer eher als im Winter zu heilen.

Die Dunkelheit der Nacht mindert hingegen die Reizbarkeit des Körpers, macht den Körper schwer, und pflegt leicht, wenn sie anhaltend ist, eine Schwermuth nervöser Art zu erzeugen. Daher entstehen die hysterischen und hypochondrischen Beschwerden am häufigsten im November und December Monate; weil die Nächte dann am längsten sind. Für die Diätetik und Praxis resultirt eben daher die Regel, daß das Tageslicht bei einer verminderten Reizbarkeit, die Dunkelheit aber bei einer erhöhten Reizbarkeit der Organe anwendbar sey *). Daher werden bei schmerzhaften Krankheiten, besonders bei Augenschmerzen dunkle Zimmer angerathen; bei einer Schwäche, Kälte, Betäubung der Organe, ist im Gegentheil das Tageslicht heilsam. Schwächend sind jedoch lange Tage durch ihren zu anhaltenden Reiz

*) Wir verfallen hier mit denjenigen Aerzten in Widerspruch, welche die Dunkelheit in allen asthenischen Krankheiten ganz ausnahmslos verwerfen; die Erfahrung ist aber auf unserer Seite.

für viele Genesende, und sehr erregbare Personen; lange Nächte aber für phlegmatische und melancholische Temperamente.

Der Himmelsstrich von Lief- und Eestland ist übrigens fast unmerklich von Dänemark unterschieden, ausgenommen daß Dänemark mehr westlich und Lief-land mehr östlich liegt. Daher wird das Clima in Lief-land auch kälter, und zugleich trockener gefunden; die Hitze aber im Sommer desto mehr nervenangreifend. Daher ist der Körper zu dieser Jahreszeit mehr als zu einer andern empfindlich, und der Genuß kalter, säuerlicher, anseuchtender, zusammenziehender, stärkender, geistiger Nahrungsmittel, wird alsdann um so nothwendiger zur Erhaltung der Gesundheit, je erschlaffender und austrocknender die Hitze ist, und je mehr sie den Zusammenhang und Ton der Fasern mindert. Auch lehrt die Erfahrung, daß unsere meisten Sommerkrankheiten mit stärkenden und zusammenziehenden Heilmitteln behandelt werden müssen.

§. 2.

Die Lage von Lief-land ist meistens eben und flach, jedoch in seinem Inneren sowohl, als in seinen Gränzen und Ufern erhabener, und in so ferne auch gesünder als die benachbarten Provinzen. In manchen Gegenden sind zwar viele, aber keine beträchtliche Berge. Sie sind mehr Anhöhen des Landes. Die höchste Ortslage ist zwischen Werro und Wask in Lief-land, deren Bergkette sich 8 Meilen weit ausdehnt. Es giebt auch in andern Gegenden Berge, die von einer mäßigen Höhe sind und in anhaltenden Ketten fortlaufen. Diese Gegenden sind die gesündesten wegen ihrer höheren Lage, fruchtbaren

Boden, reinen Atmosphäre, freiem Durchzug der Luft, und zugleich wegen Mannigfaltigkeit der Gegenstände, auf denen das Auge mit Vergnügen weilet, die reizendsten von unserem Vaterlande. Mehrere hundertjährige Greise fand ich unter ihren Bewohnern, die noch die Munterkeit des Mittelalters besaßen. So viel die Erfahrung in den meisten Ländern gelehrt hat, so hat man auf mäßig erhabenen Ortslagen immer die gesündesten und ältesten Menschen gefunden. Plato bestimmte daher, daß man Städte immer auf hohen Gegenden anlegen sollte. Die Arcadier wohnten in den frühesten Zeiten auf den Gipfeln der Berge, von deren Unzugänglichkeit der Name Arces herkommen soll. Nach den Wahrnehmungen der meisten Aerzte und Naturforscher ist auch die Sterblichkeit in bergigten, felsigten und walddreichen Gegenden weit geringer, als in Thälern und niedrigen, feuchten Stellen. So ist in dem Gouvernement Wologda in dem Totmaschen Kreise, der hoch liegt, die geringste; und im Ustingschen Kreise, der niedrig liegt, und den Sammelplatz der Gewässer ausmacht, welche die Dwina bilden, die größte Sterblichkeit. Moheau beobachtete, daß die Bergluft in Rücksicht auf das bessere Wachsbum und Ansehn der Menschen auch Vorzüge besitze; Friedrich Hoffmann bemerkte, daß die auf Bergen wohnenden Menschen überhaupt gesunder und epidemischen Krankheiten seltner unterworfen wären. Lancisius sah in langwierigen Krankheiten oft große Erleichterung, wenn die Kranken von den niederen Wohnungen Roms nach den Hügeln zogen. Die Bergluft ist jedoch nicht sehr trocknen und mageren Körpern zuträglich, insonderheit wenn sie zu Entzündungen geneigt sind, ein cholerisches Temperament und schwache Lungen haben. Es giebt daher auch Krankheiten, die von

dem Einathmen der Bergluft ungemein verschlimmert werden. Schwindfüchtige, Lungensüchtige, und Nervenfranke befinden sich besser in Ebenen als auf Bergen. Die Bergluft ist besonders beim Auf- und Niedergang der Sonne sehr rauh; wider epidemische Krankheiten aber ein sicherer Zufluchtsort. Es ist daher die Bergkette zwischen Berro und Walf von der letzten Pest, welche im Jahr 1710 beinahe ganz Liefland verheerte, nach Fischers Bericht, völlig frei von ihr gewesen.

§. 3.

Bei dieser Beschaffenheit des Landes trifft man aber auch häufig niedrige, wäßrige Stellen und Moräste an, von denen viele nur kleine Flecken einnehmen, einige aber in meilenlangen Strecken sich befinden *). Zwar begreift man unter dem Namen Moräste, bei uns alle wäßrichte und niedrige Ortslagen, und viele haben sicher keinen so schädlichen Einfluß als die Sümpfe wärmerer Länder **); allein

*) Büsching behauptet, daß unsere Moräste die Hälfte des Landes ausmachen, allein diese Behauptung bedarf keiner sehr großen Einschränkung. Man hat in den letzten Jahrzehenden des verfloßenen 18 Jahrhunderts viele Sümpfe austrocknen lassen.

**) In Egypten und bei den pontinischen Sümpfen herrschen fast beständig gefährliche Krankheiten. — Doctor Jackson erzählt in seiner Reisebeschreibung, daß die Eingebornen zu Peterborough in Virginiten, wenn sie dort erzogen werden, selten das 21 Jahr überleben. Man zeigte ihm als ein Wunder daselbst einen Mann, der 20 Jahr alt war. — Graf Macartney berichtet, daß im Durchschnitt von den Europäern, die sich in Batavia niederlassen, im ersten Jahr die Hälfte, und manchmal noch mehr als die Hälfte sterben.

sie sind doch die Ursache mancher hartnäckiger Uebel im Lande.

§. 4.

Die feuchte und verdorbene Luft, die im Sommer von stillstehendem und faulendem Wasser der Moräste entsteht, wird vom Körper eingesogen, greift seine Nerven an, entmischt die Säfte und bringt leicht bössartige Fieber hervor. Im Frühjahr und Herbst, wenn die Jahreszeit mehr kühlend ist, verdirbt die feuchte Luft von ihnen weniger die Säfte, unterdrückt aber die Ausdünstung. Man kann daher, nach allen Erfahrungen, die man von andern dergleichen Orten hat, mit vielem Grunde behaupten, daß die verschiedenen faulartigen und zähschleimigten Krankheiten, die sogenannte Nachtblindheit, die langwierigen und schwer zu heilenden Fußgeschwüre, die Leberverstopfungen, die Haut- und Bauchwassersuchten, manche Hautausschläge, der Scorbut, die Melancholie, die hartnäckigen epidemischen Wechsel- und Schleimfieber, und die öfteren Viehseuchen, unter mehreren andern Ursachen, welche bei den Bewohnern dieser Dörfer statt finden, den Morästen und stillstehenden Gewässern hauptsächlich zuzuschreiben sind *). Bei anhaltenden Arbeiten in Morästen hab ich die erwähnten Krankheiten häufig entstehen gesehen. Der berühmte Hunter machte die Erfahrung,

*) Es wäre eben daher zu wünschen, daß man statt der vielen Teiche in den Gärten, mehr Brunnen anlegte. Noch schädlicher ist die Gewohnheit bei uns, daß man im Sommer die Teiche von ihrer grünen Oberfläche zu befreien pflegt. Durch diese grüne Materien auf der Oberfläche, eine Substanz, deren Saamen wahrscheinlich durch die Atmosphäre dahinkommt, werden eben

daß einige Arbeiter, die in das Wasser eines mineralischen Brunnens stiegen, und eine Weile da zu arbeiten hatten, davon heftiges Purgiren bekamen. Es waren diese Leute sonst gewohnt mit bloßen Füßen im Wasser zu arbeiten. Hunter erklärt diese Erscheinung daher auch durch die Einsaugung des Körpers, und nicht durch Erkältung, weil es ein salziges Wasser war.

Weniger nachtheilig sind die Thäler und niedern Ortslagen, doch pflegen ihre Bewohner sehr häufig an Ausschlägen, Skropheln, Verstopfungen der Drüsen, an der Blatterrose und dicken Hälsen zu leiden. Chambon beobachtete insonderheit Flüsse des Kopfs und Anschwellen des Gesichts bei Thälerbewohnern. Die niederen Ortslagen sind am schädlichsten nach Ueberschwemmungen im Frühjahr. Diese lassen viele wäprrigte Stellen nach, die sehr ungesunde Dünste geben. Es kommt hier viel auf den Boden solcher Stellen an. Kalt- und Sandgrund fördert die Fäulniß des Wassers nicht, aber sehr stark die schwarze Erde. Wenn nach Ueberschwemmungen eine heiße Witterung erfolgt, so hat man um so mehr gefährliche Krankheiten zu erwarten.

Die Heilung dieser Uebel macht demnach nicht selten, zur unablässlichen Bedingung, die Veränderung des Aufenthalts. Alle epidemische Krankheiten

stillstehende Gewässer der Gesundheit weit weniger nachtheilig; weil diese vegetabilische Materien, eben so wie andere grüne Pflanzen, beim Sonnenlicht nachtheilige Dünste einsaugen, und die reinste Luft von sich geben. Daher auch der üble Geruch von jedem stillstehenden Wasser sich sehr vermehrt, wenn dieser grüne vegetabilische Stoff abgenommen wird.

wüthen zudem immer am stärksten an dergleichen Orten, besonders wenn eine anhaltende Windstille herrscht. Die säuerlichen und schweißtreibenden Nahrungsmittel, die Zwiebel- und Knoblaucharten, das öftere Feuermachen und Holzbrennen in freier Luft, und die Rauchluft in den Zimmern unserer Landleute, sind die besten Gegenmittel wider die Wirkungen der Sumpfluft, und mögen vielleicht Ursache seyn, daß man in solchen Gegenden demohngeachtet in Liefland nichts von endemischen *) Krankheiten hört. Die sogenannte blaue Blatter wird nur in Ehstland und höchstens nur an den Gränzen von Liefland bemerkt.

Das flache, ebene Land, das nicht mit Sümpfen und stehenden Gewässern besetzt ist, ist nächst den Anhöhen, oder den bergigten Gegenden, die gesündeste Ortslage zu den Wohnungen der Landleute, besonders wenn die Wohnhäuser nach Südosten zu gebaut werden.

§. 5.

Von Waldungen. Wälder werden in unserem Vaterlande größtentheils hinlänglich, in einigen Gegenden sogar bis zum Ueberfluß angetroffen. Ein luftiger Wald, der einen trockenen, gesunden Boden hat, ist sehr stärkend für den Körper, nicht nur seines Harzgeruchs wegen, sondern auch weil alles Grüne des ganzen Pflanzenreichs beim Sonnenschein Sauerstoff ausdünstet, und die verdorbene Luft in sich faugt. Zudem schützen Wälder gegen viele nachthei-

*) Endemische Krankheiten sind solche, die in einer gewissen Gegend einheimisch sind.

lige Einwirkungen der Winde, besonders wenn sie gegen Norden liegen. Wenn hingegen Wälder sehr dicht sind, und nicht gehörig gereinigt werden, so können sie der Gesundheit auch vielen Nachtheil bringen. Ist zu viel Schatten in den Wäldern, so dunstet alles Grüne im Schatten verdorbene Luft aus. Der Durchzug der Luft wird durch die Dichtigkeit der Wälder ohnehin verhindert, wenn sie nun noch auf Morästen stehen, und der Landmann dort seine Viehtriften hat; so vermehren sie jene Uebel, welche bei den Morästen angeführt sind. Das gänzliche Ausrotten der Wälder ist aber, nach neueren Erfahrungen, noch weit verderblicher für die Gesundheit, welches das ehemals volkreiche Palästina, die Insel Barbados, die Stadt Philadelphia und mehrere andere Länder beweisen. Die amerikanischen Aerzte bemerken allgemein, daß das Aushauen der Wälder, insonderheit in ebenen Gegenden sehr ungesund sey *). Durch das Aushauen der Wälder wird das Klima eines Landes zwar milder, die Bewohner aber auch zärtlicher, und die stehenden Gewässer, Seen und Sümpfe werden um so nachtheiliger, da sie unter den anhaltenden Sonnenstrahlen alsdann weit mehr Dünste von sich geben. Bajon berichtet, daß der Kinnbalkenkrampf, der auf der Insel Cayenne Zweidrittheil der Kinder zu tödten pflegt, nur in solchen Gegenden angetroffen würde, die nahe am Meer liegen, und weder durch Wald noch Gebürge gedeckt sind. Es soll diese Krankheit aber gar nicht tiefer im Lande vorkommen. Bajon führt auch das Beispiel eines Grundbesizers an, in dessen Gebiet, das sehr nahe am Meer lag, und mit Bergen und Wäldern umge-

*) Götting. Anzeigen 1stes St. S. 4. Jahr 1800.

ben war, noch nie der Kinnbakterienkrampf sich gezeigt hatte. Der Eigenthümer ließ einst die Wälder niederhauen, und von der Zeit an wurde auch in der Gegend der Kinnbakterienkrampf wahrgenommen. Rush, ein scharfsinniger und erfahrener amerikanischer Arzt, schreibt die immer mehr überhandnehmenden Gallen- und Wechselfieber in Pensylvanien dreien Ursachen zu, nemlich: der Vermehrung der Reiche, dem Niederhauen der Wälder, und der häufigen Abwechselung der Rasse und Trockenheit der Witterung, welche seit sieben Jahren statt gefunden hat.

S. 6.

An Wasser haben wir in unserem Norden nirgends Mangel. Außer der Ostsee findet man noch Flüsse, Ströme, viele Landseen und Bäche, die fast alle fischreich sind. Das Trinkwasser ist überall klar, rein, geschmak- geruch- und farbenlos. Jedoch müßte das Wasser an jedem Orte untersucht werden, wo es zum Gebrauch als Nahrungsmittel dient. Ein gutes Trinkwasser muß neben den angeführten Eigenschaften, in einem zugemachten Gefäß aufbewahrt, nicht leicht faulen, beim Stillstehen keine Unreinigkeiten absetzen, und bei gelindem Feuer abgedampft, keinen festen Stoff zurücklassen. Gießt man aufgelöstes Sauerkleesalz in das Wasser, und es entsteht ein Niederschlag, so ist das Wasser mit Kalkerde verunreinigt. Vermischt man das Wasser mit Hahnemann's Weinprobe *), und wird dabei ein Nieder-

*) Sie besteht aus gleichen Theilen Weinsteinssäure und Kalkleber, die mit ohngefähr 60mal so viel destillirtem Wasser geschüttelt, filtrirt, und in der filtrirten Auf-

schlag bemerkt, so sind im Wasser schädliche Metalltheile enthalten. Unreines, schlechtes Trinkwasser läßt sich mit Kohlenpulver reinigen. Man thut dieses Pulver in das Wasser, schüttelt es mehrere Male gut durch, läßt es dann absetzen, und seihet es durch. Die liepländische ökonomische Societät hat zur Reinigung des Wassers eine sehr wohlfeile und zweckmäßige Maschine angegeben.

Der Einfluß der Gewässer, insonderheit der Ostsee, auf die Gesundheit der Landleute, ist gar nicht unbeträchtlich. Vermöge der harzigen Partikeln, welche sich aus der Ostsee der Luft beimischen, hat sie stärkende Eigenschaften, so wie überhaupt die Seeluft mehr Sauerstoff als die Landluft enthält. Bei einer guten Witterung, ist sie erschlafften, mit einer schwachen Brust und verstopften Drüsen behafteten Personen anzurathen. Wenn sie hingegen mit dem Westwinde die Atmosphäre mit Feuchtigkeiten und Salztheilen schwängert, welches oft zu geschehen pflegt; so wirkt eine solche Luft als ein schwächender, verderblicher Reizstoff, löst stark auf, und verursacht üble Entmischungen der Säfte. Es ist auch eine allgemeine Bemerkung, daß der Skorbut, die epidemischen Krankheiten, und selbst die Pest, weit heftiger an Seeufern, und insonderheit bei stehenden Gewässern gewüthet haben, als an andern Orten. Die anhaltenden Nebel, die man an den Ufern aller Gewässer, besonders den Sommer hindurch, des Morgens und Abends bemerkt, bringen häufig kalte Fieber hervor; und die Ueberschwemmungen, die bei uns im Frühjahr, beim Eißgange und Aufschauen des

lösung noch einmal so viel Weinsäure als vorher aufgelöst ist.

Schnees von hohen Ortslagen an niedrigen entstehen, sind wirkliche Nahrung für diese Krankheiten. Die stehenden Gewässer sind überall sehr nachtheilig, welches auch schon ihr Geruch zu erkennen giebt. Ingen-Houß erzählt, daß eine ganze Gesellschaft an dem nemlichen Tage mit einem kalten Fieber befiel, da sie auf einem stehenden Wasser spazieren gegangen war. Ihr Bett ist nie recht rein, gemeiniglich mit Schilf bewachsen, dessen Wurzeln unzählich vielen Insekten zum Aufenthalt dienen, und mit solchen zu verfaulen pflegen.

§. 8.

Es verdienet hier angeführt zu werden, daß Lief- und Ehsland auch verschiedene mineralische Quellen haben, die aber alle unbenutzt da sind. Fischer erwähnt in seiner Naturgeschichte einer im helmetscher Kirchspiel, und einer andern im walfschen Kreise, bei dem Landgute Karkel, ob zwar noch mehrere sind, wie der um Liefland sehr verdiente Graf L. A. Mellin versichert, welche insgemein, nach den bekannten Merkmalen, Schwefel, Kalk- Eisen- und Vitrioltheile enthalten. Es wäre gewiß ein großer Gewinn für die Volksarzneikunde, wenn ihre Bestandtheile genau untersucht, und ihre Anwendungen bestimmt werden möchten; da sie, wie Erfahrungen seit undenklichen Zeiten beweisen, oft die einzige Stütze der Kunst, die letzte Hoffnung leidender Menschen sind, und die Heilung vieler Krankheiten bewirken.

Der Hofrath Weizenbreier in Pernau, entdeckte ohnlängst in einer kleinen Entfernung vom Pernaufluß eine Mineralquelle, deren Hauptbestandtheil Schwefellebergas ist. Es hat demnach dieselben Eigenschaften, die das Mineralwasser zu Baldoohn in

Kurland besitzt *). In Hautkrankheiten, in der Gicht, in Skropheln, in Verschleimungen, in Verstopfungen der Eingeweide des Unterleibes, und insonderheit als Nachkur in venerischen Krankheiten, und nach einem Mißbrauch der Quecksilberarzneien verdient ihre Anwendung empfohlen zu werden. Der Entdecker der Quelle hat mir über ihre Wirkungen in dergleichen Krankheiten, einige sehr glückliche Erfahrungen mitgetheilt.

§. 9.

Der Boden von Lief- und Ehstland ist im Ganzen genommen gesund, obgleich man mitunter auch Haide und viele ungesunde Landstriche gewahr wird. In den meisten Gegenden trifft man den Boden sehr verschieden an. Die Küsten und Gränzen sind meistens sandig, oder sie bestehen aus lockerer Erde mit Sand vermischt, oder sie sind aus Thonlagen und Kalkerde oder Kalksteinen zusammengesetzt. Der Boden der Berge hat fast dieselbe Beschaffenheit. Der Boden des übrigen Landes hat auf der Oberfläche gräulichtes Erdreich in ungleichen Mischungen; in vielen Gegenden auch schweren Sand, der aber dennoch Kultur annimmt. Man sieht überhaupt fast keinen beträchtlichen Landstrich, in welchem das Ackerland nicht mit Leimen versezt wäre **).

*) Ekhoß's Beschreibung des Baldoehnschen und Barberschen Mineralwassers, 1795. Eine neuere, vollständigere Schrift ist: Baldoehn von Schtemann 1799.

**) Fischer's Versuch einer Naturgeschichte von Liefland, 2te Auflage 1791.

§. 10.

In Hinsicht auf die Gesundheit scheinen die sandigen Landstriche mehr zuträglich als nachtheilig zu seyn; da sie keine ungesunde Ausdünstungen haben, und viele schädliche Partikeln aus der Luft, gleichsam wie ein Schwamm, in sich saugen. Sie absorbiren hauptsächlich die wäſſrigen Dünste der Luft, mit denen sie, bei anhaltenden Westwinden, nicht selten bei uns angefüllt sind. Auf der Insel Füllsand, nahe bei Desel, die ganz sandig ist, wurden noch nie, weder die in Liefeland oft herrschenden Viehseuchen, noch die Pest im Jahr 1710 bemerkt. Das Vieh wurde sogar zu solchen Zeiten von der Insel Desel dahin gebracht, und ist dort immer gesund erhalten worden *). Der Sandboden trägt auch dazu bei, daß die niedrigen wäſſrigen Stellen weniger nachtheilig werden. Der Kalkboden soll zwar nach Mitchel's Beobachtungen gegen kalte Fieber und epidemische, fauligte Krankheiten erzeugende Ausdünstungen schützen, er ist aber doch in der Rücksicht schädlich, weil von ihm bei trockenem, windigem Wetter ein fressender Staub entsteht, der, wie in Wien, die Ursache häufiger Augenkrankheiten ist, welche mit der Zeit oft Blindheiten nach sich ziehen. Die Nachtblindheit, welche zuweilen Maurer befällt, schreibt Chambers den Emanationen des Kalkes zu. Diesem Uebel ist nicht anders vorzubeugen, als wenn die Landleute, wie bei den Asiaten der Gebrauch ist, runde Gläser in Horn gefaßt und in Leder genäht, bei windigem Wetter, bei ihren Landarbeiten vor die Augen binden.

*) Joh. Bernh. von Fischer's Landwirthschaftsbuch, 2te Auflage, S. 371.

Nach Humboldts Versuchen soll die Kalt-Damm- Thon- und Schwererde, wenn sie angefeuchtet sind, die Lebensluft aus der Atmosphäre an sich ziehen, und nur die Talf- und Rieselerden hierin Ausnahmen machen. Die Thonerde absorbirt sehr stark den Sauerstoff aus der Atmosphäre, daher die thönernen Fußböden bei den Landleuten, da sie fast beständig feucht sind, viele ungesunde Luft in den Wohnungen verursachen *). Er beobachtete ferner, daß die fettesten, schwärzesten Pflanzenerden, und die, welche den stärksten Geruch haben, im Ganzen genommen, die untere Lage der Atmosphäre am schnellsten zersezzen. Er fand aber auch andere Erden, die dem Anscheine nach mager, weniger kohlenstoffhaltig waren, und dennoch nicht weniger Dryd absorbirten. Es muß hier viel von der Art der Anfeuchtung abhängen; denn schon Reaumur bemerkte, daß die Erden, zu einem Brei angefeuchtet, sich verändern und stark riechen; wenn aber mehr Wasser hinzugethan wird, ihren Geruch verlihren. Letzteres geschieht auch, wenn uns ein Gewitter bevorsteht. Die Luft in den Zwischenräumen der Pflanzenerden ist ein mit Stickstoff überladenes Gas; daher einige lungenkräftige Erleichterung fühlten, wenn man große Haufen Pflanzenerde an ihre Betten brachte. Aus allen diesen Versuchen können, zur Bewahrung der Gesundheit, sehr wichtige Resultate gezogen werden.

*) Scherer's allgemeines Journal der Chemie, 3r Band 148 Hest S. 143.

Da der Boden von Lief- und Ebstland übrigens fruchtbar ist, und überall Kultur annimmt; so ist er auch in dieser Hinsicht für gesund zu halten. Fischer führt in seiner Naturgeschichte von Liefland gegen achthundert einheimische Pflanzen an, obgleich es noch mehrere giebt, die nicht alle von einem Manne bemerkt werden konnten. Es kommen zwar nicht, wie schon Bergmann bemerkt *), diejenigen Pflanzen bei uns fort, welche in den südlichen Himmelsstrichen wachsen, die Küchenkräuter hingegen, wie auch die Kohlarten und mehrere antiskorbutische Pflanzen, gedeihen fast besser als in wärmeren Ländern. Der Herbstfrüchte und Obstarten sind aber weniger, als in wärmeren Ländern; weil nicht alle Pflanzenstämme die nordische Winterkälte aushalten. Aus Mangel dieser Nahrungsmittel sind die Herbstkrankheiten bei uns mit vielen zähen Urcinigkeiten in den Eingeweiden verbunden.

*) Diss. de ruricularum Livoniae statu sano et aegroto.

II. Von dem Einfluß der Atmosphäre und der Jahreszeiten auf den Körper, mit Resultaten für das diätetische Verhalten in denselben.

Bestandtheile der atmosphärischen Luft §. 13. — die gemeinsten Lustarten in der Atmosphäre — ihre Eigenschaften §. 14. — Zufällige Bestandtheile — Wirkungen verdorbener vegetabilischer, animalischer, mineralischer Stoffe §. 15. — kalter — warmer — feuchter — trockener Luft §. 16. — Elasticität — Schwere — Electricität der Luft — Electricität der Nebel nach Volta's Beobachtungen §. 17. — Lustreinigung §. 18. — durch die Vegetation §. 19. — Atmosphäre in Lief- und Eßland §. 20. — Beschaffenheit der Winde §. 21. — Nöthige Beobachtung der Witterung für den Volksarzt §. 22. — Die Krankheiten der Jahreszeiten §. 23. — Der Winter §. 24. — Zu strenge Kälte — Winterkrankheiten §. 25. — — Verhütungsvorschläge §. 26. — Der Frühling §. 27. — Frühlingkrankheiten §. 28. — Wirkungen der Nordwinde im Frühlinge §. 29. — Winke über Aderlassen und Brechmittel in Frühlingkrankheiten §. 30. — Gesundheitsvorschläge §. 31. — Der Sommer §. 32. — Sommerkrankheiten §. 33. — Resultate zur Bewahrung der Gesundheit §. 34. — Der Herbst §. 35. — Herbstkrankheiten §. 36; 38. — — Bewahrungsmittel der Gesundheit.

§. 13.

Die atmosphärische Luft ist eine gemischte, ausgedehnte, elastisch-flüssige Materie, die außer ihren Grundstoffen, im gewöhnlichen Zustande, mit unzählbaren fremden Substanzen vermischt und vermengt ist, die sie von allen Körpern annimmt. Ihre Hauptbestandtheile sind, nach den Versuchen der

neueren Chemiker, zwei luftige Grundstoffe. Der eine Grundstoff heißt Sauerstoffgas oder Lebensluft, der andere, Stikluft. Beide mit einander verhältnißmäßig vermischt, sind am dienlichsten zum Erhalten des Lebens; jede für sich allein ist untauglich dazu. Die reine Lebensluft beschleunigt den Lebensproceß *); die Stikluft allein ist tödtend für uns. Ohngefähr sieben und zwanzig Theile Lebensluft, und drei und siebenzig Theile Stikluft, bilden hundert Theile atmosphärische Luft. So ist die Atmosphäre in mäßigen hohen Luftgegenden, ganz nah' an der Erde ist sie mit anderen Lustarten und unzählbaren zufälligen Partikeln verunreinigt. Sie wirkt nach Verschiedenheit ihrer Beschaffenheit, wie ein stärkendes oder schwächendes Bad auf die Oberfläche des Körpers, und unterhält mit dem Athemholen, alle diejenigen Veränderungen im Menschen, in denen die Fortdauer des Lebens besteht. Nicht selten führt sie aber auch schädliche Stoffe mit sich, die den Grund der Entstehung vieler Krankheiten enthalten.

S. 14.

Man findet gemeiniglich vier Lustarten in der Atmosphäre: das Sauerstoffgas, oder das Oxygen, das Stikstoffgas, das kohlenstoffsaure Gas, und das Wasserstoffgas. Die beiden letzten Lustarten sind zufällige Bestandtheile der Atmosphäre.

Das Sauerstoffgas ist diejenige athembare, reine Lustart, die wir zur Erfrischung der flüssigen

*) Irrig glaubte man ehemals, daß Thiere in dieser Luft länger lebten, als in gewöhnlicher atmosphärischer Luft, welches durch genaue Versuche mit Thieren noch ganz neuerlichst Cavallo gezeigt hat.

und festen Theile unseres Körpers einhauchen. Wenn man reines Sauerstoffgas einathmet, so ist die Empfindung der Wärme stärker als in der gemeinen Atmosphäre. Das Einathmen der atmosphärischen Luft, die den 15 bis 29 Theil Sauerstoffgas enthielt, hat sich bei einer gestörten Verdauung und Schlaflosigkeit heilsam erwiesen. Das Sauerstoffgas ist schwerer als die atmosphärische Luft, ohne Geruch und Geschmack, sehr reizend, auflösend, mit Wasser mischbar, doch hängt es demselben nur lose an. Es beschleunigt besonders das Verbrennen eines Körpers. Nirgends wird es im unvermischten Zustande angetroffen, sondern man erhält es durch Kunst aus verschiedenen Mineralien, Wassern und Vegetabilien; und beim Sonnenschein aus allen grünen Stengeln, Früchten und Blättern des Pflanzenreichs. Godwyn und Hill empfehlen es zur Wiederbelebung der Scheintoden, besonders bei Neugeborenen. Letzterer Arzt hat auch Skropheln, Lähmungen, die englische Krankheit, und verschiedene andere Uebel damit geheilt. Sauerstoffgas wird diese Luftart deswegen genannt, weil sie mit verschiedenen Körpern vermischt die Säuren bildet.

Die zweite Luftart, das Stickgas, ist leichter als die atmosphärische Luft, ohne Geschmack und von einem faden Geruch. Diese Luftart wird von Thieren eingesogen, aber auch wieder ausgeschieden. Sie macht, wie schon erwähnt wurde, mit dem Sauerstoffgas die wesentlichsten Bestandtheile der atmosphärischen Luft aus. Ohne Sauerstoffgas ist sie nicht athembare. Nicht nur alle Thiere ersticken, sondern auch Pflanzen verwelken, wenn sie sich in bloßer Stickluft befinden. Die Natur dieser Luftart ist noch nicht genugsam erforscht worden.

Die dritte Gasart heißt kohlenstoffsaures Gas; weil ihre Basis vorzüglich in der Kohle enthalten ist. Sie ist aus Kohlenstoff und Sauerstoff zusammengesetzt, mit Wasser mischbar, entwickelt sich durch die Gährung und durch das Verbrennen vegetabilischer Körper, wie auch bei der Vermischung der Laugesalze mit Säuren. Man findet sie immer in derjenigen Region der atmosphärischen Luft, welche zunächst die Erde umgiebt. Entzündbare Körper können in dieser Luft allein nicht brennen, sogar Thiere ersticken in ihr. Sie wird durchs Athmen beständig aus unserem Körper ausgeschieden, und wird innerlich als ein faulnißwidriges Mittel in Faulstiebern, und als ein reinigendes, auflösendes und Blutflüsse treibendes Mittel in inneren Geschwüren, in Lungen- suchten, Steinbeschwerden im Skorbut, in Lähmungen und unterdrückten Blutflüssen mit Nutzen gebraucht. Auch äußerlich angewendet, hat sie sich bei Geschwüren reinigend, heilend und schmerzstillend gezeigt.

Die vierte Gasart heißt Wasserstoffgas, oder brennbare Luft; weil sie einen wesentlichen Bestandtheil des Wassers ausmacht. Sie hat einen eigenen erstikkenden Geruch, ist sehr leicht, nicht athembar, leicht entzündlich, jedoch können brennbare Körper in ihr nicht fortbrennen, sondern erlöschen, und sie selbst brennt nur dann, wenn sie mit Sauerstoffgas in Berührung kommt. Bei einem solchen Brennen entsteht allemal Wasser. Durch fünf und achtzig Theile Sauerstoffgas und funfzehn gleiche Theile Wasserstoffgas, werden bei der Entzündung mit dem Gasometer, hundert Theile Wasser erzeugt.

Nachdem nun die Atmosphäre mit einer dieser Luftarten mehr oder weniger angefüllt ist, nachdem ist

auch ihre Wirkung auf den Körper verschieden. Hat das Kohlenstoffgas oder die fixe Luft nur einigen beträchtlichen Antheil, so entstehen Engbrüstigkeit, Katarrhe, Verdickung und Verschleimungen der Säfte; bei der Stikluft, bössartige Fieber und üble Entmischungen der Säfte; bei dem Wasserstoffgas, das in sumpfigten Gegenden am häufigsten ist, Geschwülste, Wassersuchten und kalte Fieber. Am gesunden ist die Atmosphäre, wenn die Lebensluft in ihr das gehörige Verhältniß hat (S. 13.), und durch die andern Luftarten nicht zu sehr verflüchtigt wird.

S. 15.

Außer diesen angeführten Luftarten ist der Einfluß der Atmosphäre auf unseren Körper, nach vielen andern zufälligen Bestandtheilen, und nach der Beschaffenheit eines jeden Individuums sehr mannigfaltig. Viele Wirkungen werden durch die Lebenskraft umgeändert, andere hingegen sind wie auf unbelebte Körper. Sie ist nach Verschiedenheit der Mischung mancher zufälligen Partikeln, wie auch nach der Temperatur, Trockenheit, Feuchtigkeit, Schwere, Elasticität und Electricität von den wichtigsten Folgen für unsere Gesundheit. Wir haben schon bei den Waldungen und Morästen erwähnt, wie schädlich die Atmosphäre von der Beimischung verdorbener vegetabilischer Stoffe wird; noch nachtheilliger wird sie durch thierische Partikeln. Durch das Athemholen aller Thiere wird der Blutmasse Sauerstoffgas zugeführt, und Kohlenstoff, Stikstoff und Wasserstoff ausgeschieden. Je mehr Thiere daher in einem verschlossenen Raume sich aufhalten, desto geschwinder verdirbt die Luft in demselben. Landriani stellte, um den Grad der Ungesundheit einer solchen Luft zu erfahren, auf einer Redoute im Carneval einige Versuche an,

und fand, daß sie eben so schlecht, 'als die in den Gräbern war. Daher entstehen im Winter so oft Faulfieber bei armen Leuten, weil sich viele in einem Zimmer mit vielen Thieren einschließen, und aus Mangel an hinlänglicher warmer Kleidung, sich fast gänzlich der freien Luft entziehen. Eben daher sterben in Armenhäusern, Gefängnissen und schlechten Hospitälern mehr Menschen als in Privatwohnungen, und eben daher bringen wir Ohnmachten, Kopfschmerzen, Beklemmungen, Zuckungen und andere Uebel von Bällen und Mäskeraden nach Hause. Von todten und faulen thierischen Substanzen wird die Luft noch geschwinder vergiftet. Daher ist die Pest bei den Türken so häufig, weil sie mit thierischem Unrath die Luft in ihren Gassen vergiften. Diese Luftbeschaffenheit, die sich auch in Cloaken, Hölen und unterirdischen Gängen erzeugt, wird verbessert, wenn einige Schaufeln ungelöschter Kalk eingeschüttet werden, oder auch durch angezündetes Schießpulver, oder durch Schüsse, die man hineinthut, durch Feuer, die man vor der Oeffnung solcher Hölen macht, durch einige Eimer kaltes Wasser, die man hineingießt, und durch mehrere andere Mittel, die wir in dem 15ten Abschnitt anführen werden. Ein sicheres Zeichen der Verbesserung der Luft ist, wenn ein angezündetes Licht nach solchen Operationen darin fortbrennt, und seine völlige Leuchtung giebt. Noch schädlicher und oft schnell tödtend, sind besonders beim Verbrennen, verschiedene mineralische Dämpfe und Dünste, wie zum Beispiel die Dämpfe vom Blei, Kupfer, Quecksilber und Arsenik. Daher die schweren oft unheilbaren Krankheiten mancher Künstler und Handwerker, daher das frühzeitige Sterben aller Bergwerksleute. Auch die Luft von Kohlendampf ist, wie bekannt, tödtlich, wenn der Dampf sich in ein verschlossenes

Zimmer verbreitet. Er nimmt den Kopf ein, verursacht Beängstigung und zuletzt einen Schlagfluß. Eben so tödlich werden auch die Dünste von gährenden Flüssigkeiten in verschlossenen Gewölben, und sogar Gerüche von Vegetabilien, wenn man sie die Nacht über im Zimmer hält *).

S. 16.

In Hinsicht der Temperatur der Luft kann die Atmosphäre, sowohl durch Kälte als Wärme, entweder schwächend oder stärkend seyn. Schwächend, wenn sie zu kalt oder zu warm, nach der individuellen Beschaffenheit unseres Körpers ist; stärkend, wenn sie den zur Gesundheit dienlichen Mittelgrad der Reizung hervorbringt. Eine warme Luft dehnt unsere Fasern aus, und vermehrt auch die Ausdehnung unserer Säfte. Man pflegt daher Leute mit starken Blutflüssen und Schwerverwundete nicht eher in ein warmes Zimmer zu bringen, als bis der Blutfluß gestillt und der Verband gemacht worden ist. Wer wenig Blut hat, befindet sich wohl in einer solchen Luft; übel hingegen vollblütige Personen. Bei einem hohen Grad von Vollblütigkeit entstehen nicht nur heftige Wallungen, sondern es können auch leicht Blutflüsse, Blutsturz und Schlagflüsse erfolgen. Bei starken Anstrengungen des Körpers verlihren aber auch mägere Personen ihr wenigtes Fett in der warmen Luft, bekommen dicke Säfte und unelastische Fasern darnach. Die kühle und kalte Luft zieht die Fasern zusammen, und verdickt die flüssigen Theile. In der zusammenziehenden Eigenschaft besteht die so-

*) V. Trilleri Diss. de morte subita ex nimio violenta odore oborta.

genannte stärkende Kraft der Kälte. Uebrigens hat eine trockene kalte und eine trockene warme Luft, in einem mäßigen Grade fast ähnliche Wirkungen auf unseren Körper, ausgenommen daß die Ausdünstung und Empfindlichkeit durch Wärme vermehrt, durch Kälte hingegen vermindert, und die natürliche Wärme von der Kälte dem Körper entzogen, von der Hitze aber angehäuft wird. Die Wärme ist im eigentlichen Sinne stärkend, so wie die Kälte für schwächend zu halten ist. Wir werden diese Eigenschaften bei der Beschreibung unserer Jahreszeiten genauer auseinander setzen, und zugleich das nöthige Verhalten dabei angeben.

Die trockene Luft ist für die meisten Menschen am gesündesten, und nur wenigen Körpern nachtheilig, wenn sie nemlich im Uebrigen keine ungesunde Bestandtheile enthält. Sie ist stärkend, erleichtert die freie Ausdünstung und das Athemholen, nimmt die nachtheiligen Stoffe von diesen Aussonderungen des Körpers in sich auf, wodurch wir leichter und thätiger werden. Trockenen und zu Entzündungen geneigten Personen ist sie aber nicht zuträglich, so wie auch alten und melancholischen Subjekten, weil die Fasern solcher Körperkonstitutionen dadurch noch rigider werden. Dergleichen Personen müssen sich im Grünen, in schönen gesunden Thälern aufhalten, Birkenreißer in Wasser in ihren Zimmern halten, niedriger wohnen, ihren Körper durch Bäder anfeuchten, reichlich trinken und etwas länger als gewöhnlich schlafen.

Die atmosphärische Luft ist eigentlich nie trocken, da sie nie ganz frei von Wasser gefunden wird; je feuchter aber die Atmosphäre ist, desto geneigter wird sie zur Aufnahme mancher schädlicher Stoffe, und schon die Feuchtigkeit ist nicht selten nachtheilig für den Menschen.

Ist die Luft feucht und warm, so wirkt sie wie ein Dunstbad auf uns. Sie erschläfft die Fasern, löst die Säfte auf, verdünnt sie, indem viele Feuchtigkeit eingesogen wird, und hinterläßt eine Schwäche des Tons der festen Theile. Alten und trockenen Subjekten kann sie, verhältnismäßig benutzt, wohl bekommen, aber keinen laxen, schwammigten Körpern.

Eine feuchte Luft, die zugleich kühl ist, unterdrückt die Ausdünstung, macht den Körper schwer und unthätig, und stumpft die Reizbarkeit ab. Daher empfindlichen und nervenschwachen Personen eine solche Luft zuweilen behaglich ist, besonders, wenn sie zugleich dürre, saftlos und mager sind, weil ihre Säfte Masse dann auch vermehrt und ihre Fasern angefeuchtet werden. Wichtig sind über dergleichen Verschiedenheiten der Witterung des großen Naturforschers Humboldt's *) Bemerkungen. Er beobachtete, daß bei trübem Wetter, wenn sich die Dünste auflösen und der Himmel blau wird, die Menge des Sauerstoffs in der Atmosphäre zunimmt; sich hingegen mindert, wenn sich der heitere Himmel trübt und Regen- oder Schneewolken entstehen. Schlackiges Wetter, besonders Hagel mit Schnee vermischt, verkündigen eine Verminderung des Sauerstoffgases. Die Winterluft ist übrigens reicher als die Sommerluft an Sauerstoffgas.

S. 17.

Zu einer gesunden Atmosphäre gehört auch eine gewisse Schwere, Elasticität und Electricität der Luft.

*) A. v. Humboldt's Versuche über die chemische Zerlegung des Luftkreises 1799.

Alle Körper und Seelenfunktionen gehen mit Leichtigkeit von statten, wenn sie diese Eigenschaften in einem richtigen Verhältniß besitzt. Wir finden eine solche Luft auf mäßig hohen, trockenen Gegenden, weniger in Erniedrigungen, und am wenigsten in Gruben und unterirdischen Gängen. Nahe an der Erde ist die Luft immer am schwersten, und äußert den stärksten Druck auf uns. Das Gefäßsystem wird verengert, und die Bewegung der Säfte dadurch vermehrt. Ist die Luft zu leicht, so wird der Druck auf unseren Körper zu sehr verringert, und die Ausdehnung der Gefäße widernatürlich erweitert. Daher die Luft auf sehr hohen Gebürge Engbrüstigkeit, Husten und Blutspeien erregt. Nur eine angemessene Schwere der Luft unterhält in unserem Körper die gleichmäßigen Wechselwirkungen der festen und flüssigen Theile auf einander. Je schwerer und stärker der Druck der Luft ist, desto mehr penetriert er den Körper, und stört die Verrichtungen derjenigen Organe, auf die er zunächst einwirkt. Daher von starken Winden oder von Zugluft oft Katarrh, Rheumatismen, Entzündungen und Krämpfe entstehen. Eine heilsame Elasticität der Luft erfolgt gemeiniglich nach Gewitterregen. Oft enthalten Nebel eine beträchtliche Electricität der Luft, und nach Volta's Beobachtungen, die starkriechenden am häufigsten. Wir fühlen uns dann besonders leicht, und zu Bewegungen in freier Luft aufgelegt.

§. 18.

Die Atmosphäre ist, nach allen den bisher erwähnten Eigenschaften und Bestandtheilen, ein Gemisch von Stoffen, das allenthalben verschieden ist; das durch Himmelsstrich, Boden, Berge, Thäler, Gewässer, Dünste, Dämpfe, Kälte und Wärme

unaufhörlich verändert wird. Die schädlichen Partikeln, welche sich ihr beimischen, müßten sie demnach zuletzt gänzlich verderben, wenn sie nicht durch ihre Bewegungen oder Ströme, die wir Winde nennen, gereinigt würde. Diese bringen dergleichen Partikeln entweder den Pflanzen zum Wachsthum in entferntere Gegenden, oder sie geben sie durch Regen, Nebel, Hagel, Schnee der Erde wieder; oder sie zertheilen sich durch Gewitter und entzündliche Lusterscheinungen.

§. 19.

Zu diesen Lustreinigungen muß noch die wichtige Naturoperation, welche durch die Vegetation des Pflanzenreichs vor sich geht, deren Entdeckung wir den neueren Naturforschern verdanken, gerechnet werden. Mit dem Wachsthum der Pflanzen wird nemlich beim Sonnenschein, von allen Pflanzen, welche nicht im Schatten sind, reine Lebensluft ausgedunstet, und die dem thierischen Leben nachtheilige Luft, welche in einem gewissen Verhältniß das Wachsthum aller Vegetabilien befördert, beständig eingesogen. Diese für den Menschen so heilsame Eigenschaften haben aber nur die grünen Früchte, Stiele und Blätter der Pflanzen.

§. 20.

Wenn man demnach in unserem Vaterlande die Moräste und nicht gereinigten Wälder ausnimmt, wenn man die Wirkungen der stehenden Gewässer abrechnet, so findet in übriger Hinsicht keine ungesunde Atmosphäre statt; weil der Boden nicht nur wald- und pflanzenreich ist, sondern auch einen mehr trockenen als feuchten Himmelsstrich hat; dies bestätigt auch das hohe Alter der Landleute, das zuweilen über

90 bis über hundert Jahre hinansteigt. Jedoch sind, insonderheit für reizbare und erschlaffte Körper, die schleunigen Veränderungen der Atmosphäre oft nachtheilig, welchen sie sehr häufig nach Verschiedenheit der Jahreszeiten und der Winde unterworfen ist.

§. 21.

Unter den Winden ist bei uns keiner prädominirend, und einer Jahreszeit ausschließend eigen, sondern sie wechseln beständig mit einander ab; jedoch pflegen im Frühjahr gemeiniglich mehr Ost-, und im Herbst mehr Westwinde zu wehen. Der Nordwind ist sehr streng und kalt, aber zugleich luftreinigend. Er führt viel Sauerstoff mit sich, macht trockenes und nicht selten heiteres Wetter. Er härtet die Fasern ab, ist aber für erschlaffte Personen zu zusammenziehend. Seine zusammenziehende Eigenschaft behindert die Ausdünstung, unterdrückt leicht Blutflüsse, besonders die Menses, verzögert Entbindungen, und verursacht Lungenkrankheiten, Katarrhe, Rheumatismen und Entzündungen. Der Ostwind, der von Asien durch die tartarischen Steppen seinen Lauf zu uns nimmt, und über wenige Gewässer geht, wird insgemein trocken und frei von Dünsten bemerkt. Er ist selten ungesund, doch führt er in manchen Jahren epidemische Krankheitsstoffe zu uns, welches die Influenza bewies, die zuletzt im Jahr 1782 und 1799 von da herkam, und ganz Europa durchzog. Der Südwind ist oft trocken und sehr heiß; er verdünnt alsdann die Luft, und erschlafft den Körper. Am übelsten befinden sich bei einer solchen Luftbeschaffenheit nervenschwache, saftlose und magere Menschen, die dann ihre Zuflucht zu den Mitteln nehmen müssen, die wir §. 16. bei der trockenen Luft angezeigt haben. Der Abendwind bringt gemeiniglich Dünste aus der

nahen Ostsee mit, und wird in den meisten Fällen kühl und feucht beobachtet. Er behindert dann die Ausdünstung, macht den Körper schwerer, und erregt die häufigen katarrhalischen Zufälle. Milde, temperirte Luft ist selten, selbst zur schönsten Jahreszeit, anhaltend. Oft herrscht ein kalter, zusammenziehender Wind, der plötzlich in einen warmen, feuchten und erschlaffenden übergeht; oft ein stiller und austrocknender, der sich schleunig in einen feuchten, kühlen und stürmischen verändert. Dies geschieht nicht bloß einen Tag um den andern, sondern zuweilen einigemal in 24 Stunden. Durch diese schnellen Veränderungen werden die Winde hauptsächlich nachtheilig; weil sie plötzlich die unmerkliche Ausdünstung in Unordnung bringen, und alle Absonderungen und Aussonderungen stören.

S. 22.

Solche Veränderungen der Witterung, besonders nach den Jahreszeiten, und ihren Einfluß auf den Körper genau zu beobachten, sind dem Volksarzt eben so nothwendig als dem Gärtner und Ackermann. So wie bei diesen das künftige Gedeihen und die Art der Behandlung der Pflanzen der Witterung entsprechen, eben so bekömmt auch unser Körper gewisse Modifikationen der Gesundheit, und oft besondere Mißverhältnisse in der Stärke der Organe, welche ein eigenes Verhalten des gesunden und kranken Zustandes bestimmen. Oft entstehen auch, dem äußeren Anscheine nach, sehr verschiedene Krankheiten, die Uebel eines gemeinschaftlichen Ursprungs, nemlich der Witterung und Jahreszeit sind, und durch einerlei, nur anders angewandte Mittel gehoben werden müssen. Die größten praktischen Aerzte waren daher immer die eifrigsten Witterungsbeobachter, ja

sogar Beobachter der Einflüsse entfernter Himmelskörper *).

Es entstehen zwar zu allen Jahreszeiten auch Krankheiten, die gar nicht von der Witterung, sondern von der Lebensart, Individualitäten, Schwächen und anderen Gebrechen herzuleiten sind; aber auch selbst in diesen Fällen nimmt die Krankheit, wenn ein Fieber hinzukommt, mit ihm fast immer viel von der Witterung an. Wer sich demnach zu einem glüklichen Volksarzt bilden will, muß fleißig, wenigstens alle Monate die herrschendsten Witterungen, Krankheiten und angewandte Heilarten aufschreiben. In solchen Aufszzen ist auch nichts, selbst das Geringscheinendste, in der Folgezeit ohne Nutzen für ihn. Sie dienen ihm in der Zukunft gemeiniglich zum Wegweiser bei der Behandlung der Krankheiten; sie erhalten den Geist wachsam, lehren heranahenden Unfällen ausweichen und oft die verborgenen Uebel entdecken.

Ich werde der Wichtigkeit wegen den gewöhnlichen Gang der Krankheiten in unserem Klima, bei Beschreibung der Witterung und Jahreszeiten anführen; und dann das nöthige Verhalten zur Bewahrung der Gesundheit daraus folgern.

S. 23.

Besonders pflegen die Erkältungen, die bei uns ununterbrochen herrschen, und die fieberhaften Krank-

*) Mead de Imperio Solis et Lunae 1746. Lond. Balfour über den Einfluß des Mondes auf die Fieber 1786. Festa's Bemerkungen 1790. Ein besonderes Beispiel einer solchen Beobachtung führt Scamof in seiner Methode, die hartnäckigsten Krankheiten zu heilen, an. M. Stoll rat. medendi.

heiten sich nach den Jahreszeiten zu richten. Die Erkältungen befallen insgemein im Winter die oberen Theile und die Oberfläche des Körpers; im Frühjahr mehr die Brust oder den mittleren Theil; im Sommer und Herbst endlich den Unterleib, der dann bei Menschen und Thieren am schwächsten, und zur Erkältung desto empfänglicher ist. Zudem ist der Anfang des Jahres bis zur Zeit, da die Sommerwärme eintritt, der Vermehrung des Bluts; der Sommer, der Vermehrung der Galle; der Herbst, der Erzeugung der schwarzen Galle; und das Ende des Jahres der Anhäufung des Schleims sehr günstig.

Die Fieber sind daher zu Anfange des Winters, als Folgen des Herbstes, zähschleimigt oder schwarzgallicht oder auch faulartig; in der Mitte und gegen das Ende desselben mehr entzündlich; im Frühling und Uebergang in Sommer noch entzündlicher; im Sommer gallicht, nervös und faulartig; im Herbst gallicht, zähschleimicht und faulartig, seltener mitunter bei vollblütigen Personen von einem entzündlichen Charakter. Sogar einzelne Eigenheiten dieser Krankheiten in ihren Anfällen, geben ihre Natur zu erkennen. Diejenigen Krankheiten, die zihenisch sind und ihren Grund in Vollblütigkeit oder einem Exceß der Lebenskraft haben, wiederholen ihre Anfälle gemeiniglich des Morgens frühe, wenn der Körper nach dem Schlaf am meisten gestärkt ist; die gallichten hingegen des Mittags, zur Zeit da die Sonnenwärme auf uns am stärksten einwirkt; die schwarzgallichten des Nachmittags, und die Katarrhe gegen Abend oder zur Nachtzeit.

S. 24.

Unsere längste Jahreszeit ist der Winter, der fast allezeit fünf Monate, und in manchen Jahren

auch länger währt *). Beständige Abwechselungen von Regen, Nachtfrosten, Nebeln, Schnee, Hagel und Stürmen verkündigen seine Ankunft; bis er endlich mit anhaltendem Frost und häufigem Schnee seine wahre Gestalt annimmt. Es giebt Jahre, wo gegen das Ende des Oktobers alle Gewässer mit Eis belegt sind, und so viel Schnee gefallen ist, daß man fast allenthalben Schlittenbahn hat. Die Bahn pflegt aber so früh fast nie von Bestand zu seyn, daher vom gemeinen Mann angenommen wird, daß sechs Mal Schnee fallen müsse, ehe der rechte Winter entstehe. Sechs bis zehn Grad ist die gewöhnliche Winterkälte, die aber auch manchmal bis auf einige zwanzig hinaufsteigt. Oft pflegen im Winter Nordwinde zu wehen, zu denen gemeiniglich Ostwinde stoßen. Die Kälte, die durch ihre Strenge und Trockenheit, besonders bei dem Nordwinde sehr durchdringend wird, bewirkt zu dieser Jahrszeit eine stärkere Zusammenziehung und Aneinanderreiben der festen und flüssigen Theile; und erfordert mithin auch mehr Lebenskraft und Reaktion in den Organen, wenn sie von keinem nachtheiligen Einfluß seyn soll. Zarten Schwächlingen, Weichlingen, mit einer krankhaften Porosität und schwachem Zusammenhang der Fasern, erschlafften, alten und mit zähen Säften begabten Subjekten, kann unser Winter demnach nicht zuträglich seyn; unseren Landleuten hingegen, die einen abgehärteten und festen Körperbau haben, sich beständig starke Bewegungen machen müssen, ist er angemessener. Seine Kälte erfrischt ihre nicht sehr reizbaren Fasern,

*) So ist der Winter in Lief- und Ehstland, in den mehr nördlichen Provinzen dauert er noch länger, und die übrigen wärmeren Jahreszeiten mithin weit kürzer.

giebt ihnen die gehörige Elasticität, vermehrt den Blutumlauf, und erleichtert die natürlichen Absonderungen und Ausleerungen des Körpers. Man sieht diese Wirkungen im Winter am festeren Fleisch, an der lebhaften Farbe, an der Leichtigkeit des Körpers und Heiterkeit des Geistes. Wie abhärtend die Kälte selbst bei zarten Thieren sey, bewies schon Reaumur, indem er das Leben verschiedener Insekten dadurch verlängerte.

S. 25.

Die Kälte ist aber, wie alles, nur relativ gesund, und nicht in jedem Grade und für alle Subjecte erfrischend. Im größten Extrem zerstört sie, wie bekannt, alle Lebenskraft. Zu lange und unverhältnißmäßig auf den stärksten Körper angewandt, macht sie die Haut spröde und verursacht ein Brennen derselben, mit Zittern und Erschütterungen des ganzen Körpers. Nach einer solchen Kälte erfolgt immer eine gewisse Unthätigkeit in den Organen. Indem ihr anhaltender Reiz auf die Art schwächt, und die Fasern krampfhaft zusammenzieht, die dünneren Flüssigkeiten zertheilt, die gröberen und zäheren hingegen bindet und zurückhält; so bewirkt sie Stokkungen und Entmischungen, und hindert den Kreislauf, die Ausdünstung und Absonderung der Säfte. Bei einem richtigen Verhalten ist aber unser gewöhnlicher Winter die beste Jahreszeit für die Gesundheit; besonders wenn die Kälte im Januar und Februar ihre eigentliche Stärke erreicht hat. Die Luft ist dann rein, heiter, trocken, kalt und gleichförmig, und die Krankheiten dann auch weniger verwickelt.

Im Anfange des Winters sieht man fast immer kalte Fieber und Schleimfieber mit vielem Unrath in

den Eingeweiden bei unseren Landleuten. Der Grund zu diesen Fiebern wird gemeiniglich im Herbst gelegt, da sie dann, nach beendigter Erndte, schweißgerisch leben, und in einer Woche so viel verschwenden, als sie, bei einer regulären Lebensart, in einem Monat aufgezehrt hätten. Es ist daher auch ganz gewöhnlich, im Oktober und November Diarrhöen, Ruhren, Gallenfieber, gallichtes Seitenstechen und Erbrechen zu bemerken. Späterhin im December und hauptsächlich im Jenner, beobachtet man erst einfache Fieber, die entweder rheumatisch oder katarrhalisch sind, und wenn sie sich zum entzündlichen Charakter neigen, dennoch temperirenden, verdünnenden, und ausleerenden Mitteln weichen. Bei einem gelinden, feuchten Winter entstehen hingegen verwickelte Krankheiten, die dann leicht epidemisch grassiren.

§. 26.

Um allen Anlagen zu dergleichen Krankheiten vorzubeugen, bedarf der Körper mehr Bewegung, und eine substantiösere Nahrung als zu anderen Jahreszeiten; aber einen sehr mäßigen Genuß geistiger Getränke, obgleich sie unseren Landleuten zur Herzstärkung dienen. Sie erhizzen das Blut, nehmen den Kopf ein, und ziehen die Fasern zu stark zusammen, welches ohnehin schon von der Kälte geschieht. Dadurch wird die entzündliche Anlage zu den Winterkrankheiten und die Zähigkeit der Säfte vermehrt. Je unmäßiger man Brandwein trinkt, desto mehr werden zudem die Nerven geschwächt, und da die geistigen Theile in der Kälte nicht, wie in der Wärme ausgedunstet werden, so erfolgen leicht Schlagflüsse darnach. Auch die zu fetten und zähen Speisen sind zu dieser Jahreszeit nachtheilig, obgleich die Verdauung im Winter stärker ist. Am zuträg-

lichsten sind die Fleischspeisen, wie auch die verdünnenden, erweichenden und eröffnenden Nahrungsmittel, von welcher Beschaffenheit die Rüben, Kohlarten und die meisten Vegetabilien sind. Bei Beobachtung dieser Vorschriften ist unser Winter ein Beförderungsmittel der Gesundheit und des Lebens, besonders wenn man sich schon zuvor im Herbst gehörige Bewegungen in freier Luft gemacht hat, diese im Winter fortsetzt und sich oft einer mäßigen Kälte exponirt. Die Winterreisen sind eben daher für Leute mit einer zu starken Beweglichkeit der Nerven sehr nützlich. Die Füße müssen aber immer in der Kälte am wärmsten gehalten werden, da sie wegen der größern Entfernung vom Herzen, und schwächeren Circulation des Bluts in denselben, am leichtesten erfrieren können. So oft man aber aus der Kälte in ein warmes Zimmer tritt, so müssen ungesäumt die warmen Bedeckungen überhaupt, hauptsächlich aber der Füße, abgezogen werden; weil sie sonst zu schwitzen pflegen und dann, wenn man wieder mit den schwitzenden Füßen in die Kälte geht, die sogenannten Frostbeulen entstehen. Die meisten Frostschäden rühren nicht sowohl von der Kälte, als vielmehr von diesem unvorsichtigen Wechsel der Kälte und Wärme her.

S. 27.

Der April und Mai machen bei uns den Frühling aus, der aber oft noch viele kalte Tage und noch kühlere Nächte hat. Einige gelinde und ruhige Westwinde sind insgemein die Vorboten des Frühlings. Es werden zu dieser Jahreszeit selten Gewitter, aber häufiger Nachtfroste, Hagel, Stürme, Thau, Nebel und Regen bemerkt. Die Wärme im April pfllegt sechs bis zehn Grad, auch manchmal höher, und im Mai sogar bis neunzehn Grade und darüber zu stei-

gen. Oft dauert diese Wärme aber nur bis Mittag und verändert sich plötzlich in eine empfindliche Kühle. Doch hat man mitunter, bei dem Uebergange in den Sommer, auch milde, heitere Tage, deren Temperatur sehr erquikt, den Nerven schmeichelt, und die zu den angenehmsten und gesundesten des ganzen Jahres gezählt werden können.

§. 28.

Da aber bei dem Eintritt der Wärme im Frühling, die Seen, Flüsse, Bäche und Moräste zugleich von ihrem Eise aufthauen, das voll von gebundenen Dünsten ist; da dann viele Fische, durch Uberschwemmungen, ans Land getrieben werden, die hernach in der Sonne in Fäulniß übergehen; da überhaupt das ganze Erdbreich, das so viele Monate mit Schnee bedeckt war, dann sehr stark ausdünstet: so entwickeln sich zu dieser Zeit sehr viele schädliche Partikeln, die sich der Luft beimischen, und oft bössartige Krankheiten verursachen. Am stärksten vergiften die verdorbenen thierischen Partikeln die Atmosphäre, die im Frühjahr und Sommer in der Sonne faulen. Man hat Beispiele, daß von großen faulenden Meerthieren, an einigen Küsten pestähnliche Krankheiten entstanden sind. Zu Venedig wird die Luft zuweilen von einer Menge kleiner Fische, die am Ufer des Meers faulen, vergiftet. Die verdorbene Luft schwächt beim Einathmen zunächst unsere Lungen; daher im Frühjahr auch immer hartnäckige Brustkrankheiten herrschen. Alle Erkältungen pflegen sich dann nach den geschwächten Theilen zu werfen. Die feuchte Kühle, die dem Frühjahr noch eigen ist, unterdrückt zudem die Ausdünstung, und trägt viel zur Entstehung der kalten Fieber mit bei. Die einsaugenden Gefäße des Körpers ziehen viele schädliche

Dünste in sich; daher auch Ausschläge aller Art, am häufigsten unter Kindern, bemerkt werden.

§. 29.

Die strengen Nordwinde, die gemeiniglich im Mai sich mitunter einfinden, und die dazwischenkommenden Ostwinde machen die Atmosphäre endlich gesunder; und das Wachsen der Pflanzen, das um diese Jahreszeit am stärksten ist, giebt ihr die heilsamste Beschaffenheit. Die Behaglichkeit, die wir dann in freier Atmosphäre empfinden, ist ein Beweis, daß die Pflanzen viele Lebensluft ausdünsten, und zu ihrem Wachsthum viel verdorbene Luft einsaugen. Der Körper fängt nun an wieder zu blühen; die festen Theile werden geschmeidiger; die unmerkliche Ausdünstung geht ungehindert vor sich; und nicht nur starke, sondern auch schwache Menschen erquicken sich an der Lebensluft der Atmosphäre.

§. 30.

Diese Luft unterhält aber auch, vermöge ihrer reizenden Eigenschaft, die entzündliche Anlage zu Krankheiten in dieser Jahreszeit, und pflegt zuweilen, besonders bei einem kalten und trockenen Nord- oder Nordost-, oder Nord-Nordwestwinde, das Ueberlassen, bei blutreichen Personen, in entzündlichen Katarrhen, Lungenhusten und rheumatischen Krankheiten unvermeidlich zu machen. Daher um diese Jahreszeit auch diejenigen Schwind-süchtigen, die rothe Lippen, rothe Wangen, und eine auffallende Röthe im Munde und Schlunde haben, sich sehr übel befinden; besser hingegen bei feuchter und kühler Luft, in Thälern und auf der See sich fühlen. Bei schlaffen, verschleimten, phlegmatischen Körpern

äußern sich um diese Jahreszeit mehr Beschwerden von den öfteren Veränderungen der Witterung. Je feuchter die Luft wird, desto nothwendiger wird alsdann der Gebrauch der Brechmittel in verschiedenen Krankheiten.

Hitzige und kalte Fieber, Gliederschmerzen, krampfhafte Zufälle, Seitenstiche, bei denen fast immer ein verdorbener Stoff in den Eingeweiden sitzt, sind gewöhnliche Erscheinungen zu dieser Jahreszeit. Hierzu kommt noch, daß unsere Landleute, bei einer oft sehr knappen Kost, einen sehr starken Aufwand von Kräften bei ihren schweren Landarbeiten machen, der eine beträchtliche Entkräftung der festen Theile, Nervenschwäche und Entmischungen der Säfte zur Folge haben muß. Daher dann fast alle Krankheiten schwerer als zu andern Zeiten zu heben sind, und leicht bei einer zu entkräftenden Heilart, oder bei einem zu frühen und unschicklichen Gebrauch zusammenziehender Mittel, oder auch aus zu großer innerer Schwäche, weiße Geschwülste der Füße und Wassersuchten nachlassen.

§. 31.

Nach dieser Darstellung unseres Frühlings lassen sich folgende Regeln zur Erhaltung der Gesundheit abstrahiren:

1. Daß man nicht zu früh die Winterkleider wechseln darf; weil die Luft zu Anfange des Frühlings ungesund, und die Witterung sehr veränderlich ist.
2. Daß der Aufenthalt bei stehenden Gewässern und Morästen, an Ufern, Gräben und feuchten Orten dann sehr schädlich sey.

3. Daß der Körper zu dieser Jahreszeit, bei den Landleuten, mehr als zu einer andern gestärkt werden müsse, worauf man insonderheit bei Heilung der Krankheiten, um Verschlimmerungen, Rückfällen, Geschwulst der Füße, und Wassersuchten vorzubeugen, Rücksicht nehmen muß.
4. Daß die vegetabilische Kost dann hauptsächlich denjenigen Leuten heilsam sey, die an Vollblütigkeit leiden, eine schwache Brust und entzündliche Anlagen haben; weil sie weniger, als Fisch- und Fleischspeisen, den entzündlichen Charakter der Krankheiten unterhält.
5. Daß die säuerlichen Getränke, da sie kühlende und entzündungswidrige Eigenschaften haben, dann sehr zuträglich sind; der Genuß geistiger Getränke aber noch mäßiger, als im Winter bei vollblütigen Subjekten statt finden müsse.
6. Daß die Gewohnheit unserer Landleute, im Grase unter einem Baume in einem dunkeln Schatten zu liegen, oder späterhin gegen den Sommer, die Nacht hindurch an solchen Orten zu schlafen, nicht blos wegen der starken Ausdünstungen der Erde, der Thau und oft schädlichen Nebel nachtheilig sey; sondern auch desfalls, weil alle Pflanzen, besonders einige Bäume, im Schatten lauter verdorbene, und einige eine sogar giftartige Luft aushauchen *).

*) Durch diese üble Gewohnheit unserer Landleute entstehen gewiß sehr schwere Krankheiten, die sich aber nicht sogleich, sondern erst späterhin äußern. Der französische

§. 32.

Ich komme jetzt auf eine andere Jahreszeit, deren Einfluß auf den Körper sehr verschieden ist. Der Junius und Julius und zuweilen noch die Hälfte des Augusts machen bei uns den Sommer aus. Die Nächte werden jetzt durch lange Tage und durch Südwinde erwärmt. Gewitter kommen nicht häufig vor, aber desto öfterer werden Nordlichter und Wetterleuchten bemerkt. Die Wärme pflegt insgemein zehn, fünfzehn, bis zu einigen zwanzig Graden zu steigen. Bei einem anhaltenden, trockenen Südwinde herrscht zu manchen Zeiten eine überaus große Hitze. Auch diese Jahreszeit hat beständig eine abwechselnde Witterung, und ist nicht gänzlich von Nachtfrosten frei. Nordwinde wehen nicht selten in den heißesten Sommertagen, und zuweilen Südwestwinde, welche die Luft mit stinkenden Nebeln anfüllen. Im Julius und August bemerkt man die sogenannten Honigthau (*).

§. 33.

Die auflösende Wärme des Sommers hebt nun die Spannung und das Straffe der Fasern, die Verdickung und Zähigkeit der Säfte, die von der Kälte des Winters herrührte, giebt den Flüssigkeiten mehr Gleichgewicht mit den festen Theilen, schmeichelt den

sische große Wundarzt David sah bei Hirten die Mektrose, die vom Liegen im feuchten Graze entstanden war. Viele gebrechliche und mit der englischen Krankheit behaftete Kinder holen ihre Uebel von feuchten Schlafstellen her.

*) Med. Annal. 1802. Jan. S. 49. werden diese Thau als erregende Ursache der Ruhr angegeben.

Nerven mit dem Wohlgeruch der Kräuter und Blumen der Felder, und bewirkt eine reichliche Ausdünstung des Körpers. Durch eben diese Eigenschaften greift aber auch die Wärme, wenn sie im höheren Grade bis zur Hitze steigt, die Nerven an. Sie nimmt dann den Kopf ein, verursacht Schlaflosigkeit, löst die Säfte zu sehr auf, und wirkt auf das Lebersystem. Es häufen sich durch die Hitze auch mehrere Dünste in der Atmosphäre an, besonders wenn eine Windstille herrscht; daher alsdann gallichte, faulartige und nervöse Krankheiten entstehen. Die weichen Theile des Körpers werden erschlaft, und da der Unterleib die meisten dergleichen hat, so wird er auch, bei einer so nachtheiligen Einwirkung der Hitze, am meisten mit Krankheiten behaftet. Gallichtes Erbrechen und Stuhlgänge, Diarrhöen, Koliken, Krämpfe, Ruhren sind eben daher die gemeinsten Krankheiten heißer Sommer. Bei der oft plötzlich abwechselnden Witterung ist der erschlaftte und starkausdünstende Körper zu dieser Jahreszeit auch zu Erkältungen geneigter, die um so nachtheiliger sind, je größer die Hitze ist. Die Erkältungen bringen nicht nur die schon angeführten Krankheiten, sondern auch Hals- und Gliederschmerzen, Seitenstechen, Husten, Schnupfen, Engbrüstigkeit, Bräune und kalte Fieber hervor.

S. 34.

Aus diesen schädlichen Folgen der Witterung im Sommer, ziehe ich folgende Resultate zur Bewahrung der Gesundheit.

1. Da der Unterleib zu dieser Jahreszeit zu Erkältungen am geneigtesten ist; so könnte man den Erkältungen am leichtesten durch das Tragen

einer sehr dünnen wollenen Binde, unmittelbar um den Leib gelegt, ausweichen *).

2. Man bediene sich oft, gleich bei dem Eintritt der heißen Witterung Morgens des Waschens des ganzen Körpers mit kaltem Wasser, oder des Sturzbadens, jedoch mit der Vorsicht, und unter den Bedingungen, die im §. 96. angegeben werden.
3. Man erschöpfe nicht zu sehr die Kräfte durch zu anhaltende Bewegungen, sondern sammle sie mitunter wieder durch Ruhe, und erfrische sich besonders bei einem trockenen Körper und cholerischen Temperament, durch häufigen Genuß

*) Die Wolle dient hier zur Einsaugung und Verhütung der Unterdrückung des Schweißes. Will man diesem theoretischen Grunde keinen Glauben schenken, so mag man sich an die Erfahrung halten. Die Osrindier schützen sich gegen die nachtheiligsten Einflüsse der Hitze durch wollene Hemden. Rush versichert in seinen Medical inquiries and observations, daß im letzten amerikanischen Kriege diejenigen Soldaten, die flanelle Hemden trugen, alle von den damals unter ihnen herrschenden Krankheiten verschont blieben. Ich heilte vor einigen Jahren einen Mann von der Rückenstarre durch eine solche wollene Binde. Kindern, jungen Leuten, ausgetrockneten, sehr hitzigen und reizbaren Körpern sind die flanellenen Hemden freilich nicht unbedingt zu empfehlen, so wie sie sich überhaupt mehr für die zweite Lebenshälfte schicken. Hufeland hat in der 2ten Ausgabe des Werks: die Kunst das menschliche Leben zu verlängern, diesen Gegenstand weitläufiger erörtert. Leuten, die zu Pollutionen geneigt sind, scheinen die flanellenen Hemden nicht gut zu thun. Bei einem jungen Mann vermehrten sie sich durch das Tragen derselben.

säuerlicher, verdünnender und nährenden Getränke, wie zum Beispiel der Stabeputris und die Buttermilch bei den Landleuten sind. Auch der Duft von Birken und Lindenzweigen ist sehr erquickend, die man alsdenn bei kranken und schwächlichen Personen, den Tag über, in dem Zimmer, wenn es nicht dunkel ist, sondern Fensterchen hat, halten kann.

4. Man entblöße sich nicht nach Erhitzungen, genieße keine kalten Getränke nach denselben, und setze sich keiner kühlen Luft darnach aus; weil nach solchen plötzlichen Erkältungen leicht Lungenuchten, Schwindsuchten, und die oben erwähnten rheumatisch-katarrhalischen Krankheiten erfolgen.
5. Man vermeide das Liegen und Schlafen im Schatten und zur Nachtzeit, sowohl auf einem feuchten als trockenen grasigten Boden; aus Gründen, die im §. 31. Nummer 6. angezeigt wurden.
6. Man ziehe bei dem öfteren Wechsel der warmen und kühlen Witterung, bei dem geringsten Gefühl von Frösteln, mehr Kleidungen an.
7. Man schlafe im Sommer mehr als im Winter, besonders wenn man einen mageren Körper hat.
8. Man führe eine säulnißwidrige und stärkende Diät, um alle Dispositionen zu gallichten, fauligten und nervösen Krankheiten zu verhüten. Viele Fleischspeisen und fette Nahrungsmittel sind daher nicht anzurathen, aber sehr der mäßige Genuß des Brandweins zu empfehlen; weil er säulnißwidrig und nervenstärkend ist.

§. 35.

Der Herbst beginnt mit dem August und wird gemeinhin bis zum November gerechnet *). Strenge Winde kehren nun wieder zu uns und die Atmosphäre wird immer mehr mit Dünsten beladen. Die Wärme nimmt nicht allmählig genug, sondern oft zu plötzlich ab, und in manchen Tagen, gegen das Ende des Augusts, werden zuweilen nur einige Grade bemerkt. Im September werden meistens wenige Grade Wärme, und im Oktober schon mitunter einige Grade Kälte gezählt. Häufiger Regen, Nebel, Hagel, Stürme und Nachtfroste sind die gewöhnlichsten Erscheinungen des Herbstes. Die Luft ist kühl, feucht, verdorben und unangenehm; die Muskelfasern, insbesondere die Haut, krampfhaft zusammengezogen; das Athemholen und die Ausdünstung beschwerlich.

§. 36.

Die Säfte werden von dieser Luftbeschaffenheit von der Oberfläche des Körpers nach innen gedrängt, die einsaugenden Gefäße absorbiren viele schädliche Partikeln der Luft; daher denn die meisten Fieberbewegungen und epidemischen Krankheiten entstehen. Von der Hitze des Sommers ist jetzt noch zudem viel gallichter Stoff in den Eingeweiden, eine erschlaffte Muskelfaser, und ein angegriffenes Nervensystem. Durch diese Verderbniß, sowohl in der Nervenkraft, als auch in den übrigen festen und flüssigen Theilen, wird der Herbst die reichste Quelle von Uebeln unter

*) In mehr nördlichen Gegenden Rußlands tritt der Herbst weit früher ein. In der Gouvernementsstadt Wologda wird der 20 Julius, von dem gemeinen Mann, als erster Herbsttag angenommen.

allen Jahreszeiten; und giebt die Entstehung zu einer zäh-schleimigten Beschaffenheit der Säfte. Aus dieser zäh-schleimigten oder schwarzgallichten Konstitution, wie die Aerzte sie zu benennen pflegen, entspringen die schwersten und langwierigsten Krankheiten, deren Eindrücke so stark sind, daß sie, oft bei einer geringen Veranlassung, nach mehreren Jahren wiederkehren *). Dergleichen Krankheiten sind die häufigen Blutflüsse, die Wasserjuchten, die hysterischen und hypochondrischen Beschwerden, der Wahnsinn, die Melancholie, die Gicht, die Gelbsucht, die veralteten Fußgeschwüre, die Skropheln, Flechten und ähnliche Ausschläge.

S. 37.

Außer den nachtheiligen Einflüssen der Witterung, ist bei unseren Landleuten auch noch eine überaus große Nervenschwäche, und gemeiniglich ein verdorbener Stoff in den Eingeweiden vorhanden; weil sie zu dieser Jahreszeit ihre Erndte haben, stark arbeiten, wenig schlafen, sehr unordentlich leben, und unmäßig zu essen und zu trinken pflegen. Bei den meisten Kranken sitzt ein solcher Fieberstoff in den ersten Wegen, der, wenn er nicht gleich Anfangs ausgeführt, oder wohl gar durch Aderlassen, hizzige und schweißtreibende Arzneien mehr in die zweiten Wege übergeht, Faul- und Nervenfieber zur Folge hat.

*) So hatte ich Anno 1795 einen Mann mit der Hautwasserjucht, der diese Krankheit acht Jahre zuvor gehabt hatte. Er wurde hergestellt und wird vermuthlich acht Jahre wieder befreit von ihr seyn. S. Testa's Bemerkungen.

§. 38.

Die Erkältungen befallen im Anfange des Herbstes noch den Unterleib; gegen den Winter befallen sie aber immer mehr die oberen Theile, oder nehmen den ganzen Körper ein. Die herrschendsten Krankheiten sind: Diarrhöen, Ruhren, kalte, Schleim- und Gallenfieber; späterhin Magenhusen, Seitensstiche, Engbrüstigkeit, Gliederreißen, geschwollene Halsdrüsen, Bräune, Blatterrose.

§. 39.

Um, so viel möglich, den erwähnten Uebeln auszuweichen, wäre folgendes Verhalten nöthig:

1. Das Tragen einer dünnen wollenen Binde um den Unterleib. (§. 34.)
2. Häufige Bewegungen, und Enthaltung oder wenigstens sehr mäßiger Genuß der fetten Speisen, um die Verderbniß der Galle, und die Verschleimung und Zähigkeit der Säfte zu verhindern.
3. Reichliches verdünnendes Getränk, und des Morgens ein Schluf Brandwein, um die Nerven zu stärken.
4. Defteres Reiben des Körpers und der Gebrauch der Dunstbäder, um die Stokkungen der Ausdünstung zu heben.
5. Mehrere Bedeckungen des Körpers, bei feuchter, kühler Luft, besonders der unteren Extremitäten.
6. Temperirte, trockene Zimmerluft, zur Stärkung der festen Theile.

7. Eine Auswahl von Nahrungsmitteln, welche die Säfte verdünnen, und im vierten Abschnitt angegeben werden.

8. Bei einfachen Erkältungen, das Trinken des Abends und Morgens einer starken Tasse Glycerthee, mit der Krausemünze und Honig vermischt. Auf die Art werden, auch noch spät im Winter, oft einfache Erkältungen gehoben.

Damit Landgeistliche und Grundbesitzer sich von der Wahrheit des bisher Gesagten [S. 22.] überzeugen können, will ich hier eine Tabelle von dem Gange der Krankheiten beifügen, so wie ich denselben in verschiedenen Jahren, zwar nicht unter den Landleuten, sondern unter Städtern, in Liefeland beobachtet habe. Man wird, wenn man den jezzigen Gang der Krankheiten monatlich bemerkt und aufzeichnet, gewiß noch immer die auffallendste Aehnlichkeit finden, und dadurch die zweckmäßigsten Bewahrungsmittel der Gesundheit voraus bestimmen können. Hauptsächlich muß der Volksarzt auf den allgemein herrschenden Charakter, auf die Bitterungs-Konstitution oder den Genius der Krankheiten seine größte Aufmerksamkeit richten, wenn er in der Behandlung derselben, und in seinen Vorschlägen zur Bewahrung der Gesundheit glücklich seyn will. Am häufigsten pflegt bei uns der Charakter der herrschendsten Krankheiten rheumatischer [S. 379. im 2ten Theil], katarrhalischer [S. 366.], entzündlicher [S. 227.], gallichter oder fauliger [S. 237. 259.], oder auch, jedoch seltener, wenn man die sumpfigten Gegenden ausnimmt, nervöser Art [S. 281.] zu seyn.

Tabelle über den Gang der Krankheiten in Liefland vom Jahr 1794 bis 1798.

Monate.	Genuss der Krankheiten.	Namen der Krankheiten.
Januar.	Anfangs gallicht: rheumatisch: dann rheumatisch: katarrhalisch.	Scharlach, Halskrankheiten, Husten, Seitenstechen, nachtes Seitenstechen, geschwollene Halsdrüsen, autartige Blattern, Bleichsucht, unterdrückte Meneses, rheumatische weisse Geschwülste, Leibesverstopfungen, Magenruhr, Kolik: und Kopfschmerzen, Rheumatismen, Sicht, Voagra, gelbe Sucht.
Februar.	Katarrhalisch: nerobis.	Verseimmungen der Brust, Zahnschmerzen, geschwollene Halsdrüsen, Seitenstechen, Heiserkeiten, Husten, steife Hälse, Schnupfen, gelbe Sucht, Würmer, Hypochondrie, Engbrüstigkeit, Scharlach.
März.	Katarrhalisch, dann rheumatisch: entzündlich.	Schleimfieber, Engbrüstigkeit, Bluthusten, Blutbrechen besonders in Thalagenden, entzündliche Fieber, autartige Blattern, heftige Krämpfe des Unterleibes, unterdrückte Meneses, Windpocken, Wechselfieber, Gliederreissen, Hysterie, Blatterrose.
April.	Gallicht: rheumatisch, rheumatisch: entzündlich.	Wechselfieber, gastrische Fieber, Sicht, thranende Augen, Wind- und Wasserpocken, Wassersucht, Magenkrämpfe, Mutterblutflüsse.
Mai.	Rheumatisch: gallicht.	Verlartete Wechselfieber, gallichtes Erbrechen und Stuhlgänge, Stuhlzwang, gastrische Fieber, Engbrüstigkeit, Geschwulst der Lunge, Lungenhusten mit Heiserkeit und Engbrüstigkeit, gastrisch: nerobis Fieber.
Junius.	Rheumatisch: gallicht.	Seitenstiche in der Gegend unter den kurzen Rippen, in welchen das Aderlassen tödlich war ¹⁾ , Engbrüstigkeit, Keichhusten, verlartete Wechselfieber, nachtes Seitenstechen, Lungenhusten, Sicht, Husten, Schnupfen, gallichtes Erbrechen und Stuhlgänge, fliegende Schmerzen in den Knien und Füßen, gallichte Wechselfieber, Diarrhöen.
Julius.	Rheumatisch: gallicht.	Brustbeschwerden, Keichhusten, verlartete Wechselfieber, Bräune, Diarrhöen, gallichtes Erbrechen und Stuhlgänge, Augenwinkelentzündungen, geschwollene Hälse.
August.	Rheumatisch.	Keichhusten, Nase, Wechselfieber, Diarrhöen, Zahnschmerzen, skrophulöse Halsgeschwülste, gelbe Sucht, Ohrenschmerzen, Stiche im Kopf, Ohrenschmerzen, entzündliche Augenlider, rheumatische Fieber und Rheumatismen aller Art.
September.	Katarrhalisch: rheumatisch: gallicht: rheumatisch: entzündlich.	Keichhusten, Hautwassersucht, Augenentzündungen, Schnupfen, Husten, Seitenstiche, Diarrhöen, Nühren, Hamorrhoiden, entzündliche Augen, Blatterrose: Halskrankheiten, Scharlach, Brustentzündungen.
October.	Katarrhalisch: rheumatisch.	Keichhusten, Blattern, Diarrhöen, Wechselfieber, Husten, Schnupfen, Blatterrose, nachtes Seitenstechen, Ruhr, Hautwassersucht, Bräune, schlimme Blattern, achtes Seitenstechen, Seitenstechen in der Gegend unter den kurzen Rippen.
November.	Rheumatisch: katarrhalisch.	Gesichtsförner, entzündete Augen, Milchschorf bei Kindern, Zahn- und Ohrenschmerzen, geschwollene Halsdrüsen, Schnupfen, nachts bekümbte, schmerzhaftes Glieder, Manie, Hysterie, Brustmerkscheinungen, Heiserkeit, Husten, Sicht, Kreuzschmerzen, geschwollene Halsdrüsen, Leibesverstopfungen, Magenruhr, gastrische Fieber, Strangurien.
December.	Rheumatisch, katarrhalisch: rheumatisch, rheumatisch: entzündlich.	Augenentzündungen, Kreuzschmerzen, Leibesverstopfungen, Wechselfieber mit Aufdringen des Körpers, Eitrange, rheumatische Fieber, Schnupfen, Zahnschmerzen, Verlust des Appetits, und gegen das Ende des Monats entzündliche Fieber.

¹⁾ Schon Hippokrates sagt: „in Seitenstechen, wenn sie auch selbst mit einem Blutausswurf verbunden sind, verbieten gewisse Konstitutionen der Jahreszeiten, der Stuch in der Gegend unter den kurzen Rippen, und die Gegenwart der Galle das Aderlassen;“ und alle Aerzte, die Beobachter waren, haben diese Behauptung bestätigt gefunden. Housier bemerkte ein epidemisches Seitenstechen, woran alle starben, denen man zur Ader ließ, es auch Liset ein Seitenstechen, an welchem alle starben, denen man Blut ließ. Das Seitenstechen, das ich beobachtete, äußerte sich in der Gegend unter den kurzen Rippen. Diejenigen Aerzte, welche ihre Patienten zur Ader ließen, verloren sie gemeinlich in wenigen Stunden; bekamen aber die Kranken eine wirksame Abführung, ließ man zugleich eine zertheilende und krampfsstillende Salbe aus Kampher, Mehlstaub und irgend einem Oel, oder mit der Althaiabe vermischt, einreiben; so wurden sie in wenigen Stunden hergestellt, oder wenigstens aus aller Gefahr gebracht, und von den unaussprechlichen Schmerzen befreit.

III. Von dem Verhalten nach der Lebensart der Landleute.

Wichtigkeit des Gegenstandes §. 40. — Folgen ihrer Lebensweise — Dünste der Schaafe — Schweine oder des Ferkerviehes in ihren Zimmern — Stoffe zu Fautfiebern — nasse Fußböden — alte und neue Häuser §. 41. — Schädlichkeit der warmen Zimmer und der Rauchluft — in Augensehlern — Fautfiebern — Ausschlägen — insonderheit bei den Blattern §. 42. — Schädliche Folgen der Unreinlichkeit der Landleute — des Tragens nasser Wäsche — der Kleider kranker und verstorbenen Personen §. 43. — Nachtheile des Tabakrauchens — der Weber: Kalk- und Stauarbeiten §. 44.

§. 40.

So wie Wirkungen sich zu Ursachen verhalten, und nach diesen beurtheilt werden müssen; so läßt sich aus der Lebensart und den Gewohnheiten der Menschen auf die Beschaffenheit des gesunden und kranken Zustandes schließen. Sie geben dem Arzt die besten Winke über die eigenen Modifikationen der Krankheiten; daher es fast immer zur Kenntniß der Natur einer Krankheit nöthig ist, die zuvor geführte Lebensart, und die Beschaffenheit des vorher gewesenen Gesundheitszustandes zu erforschen.

§. 41.

Unsere Landleute wohnen nur in einigen Gegenden in kleinen Dörfern, größtentheils aber in sogenannten Streuhgesinden, oder Gebäuden einzelner Familien, die ganze Strecken von einander entfernt liegen. Die Gebäude bestehen gemeinlich aus einem

Wohnhaus, Stall und Badstube, in deren Nähe ein Strohm, See, Quelle oder Brunnen befindlich ist. Die Gebäude sind sämmtlich von Tannen- oder Eichenholz, und der Fußboden von Lehm. In dem Zimmer steht ein großer thönerner Ofen, der auch ihre Küche vorstellt. Statt der Fenster haben sie Rauch- oder Luftlöcher, die mit hölzernen Schiebern versehen sind. Doch haben einige auch kleine Glasfensterchen. Aus dem, was im 1sten §. von langen Tagen und Nächten gesagt worden ist, läßt sich leicht der Einfluß dunkler Zimmer auf den Gesundheitszustand der Landleute erklären. Uebrigens sieht es bei ihnen meistens sehr unrein aus, da sie nicht selten Schaafe, Schweine oder Federvieh in ihren Zimmern halten. Von den Ausdünstungen und Excrementen dieser Thiere saugen sie viele schädliche, laugensalzige, aashafte Dünste ein, die einen beständigen Stoff zu den so häufig unter ihnen herrschenden Fautfebern hergeben. Auch sind die oft nassen Fußböden zu tadeln, weil sie die Zimmerluft verderben, und die vielen befindlichen alten Gebäude, weil das faule Holz solcher Wohnungen, fast auf dieselbe Art, wie eine sumpfigte Gegend, für die Gesundheit sehr nachtheilig ist. Ganz neu erbaute, noch nicht ausgetrocknete Häuser haben hingegen, wenn sie zu früh bewohnt wurden, gefährliche Schlafsuchten verursacht.

§. 42.

Die Kleidungen der Landleute schützen sie hinlänglich gegen die Eindrücke der Witterung, daher von ihnen wohl kein Nachtheil für die Gesundheit entstehen kann; mehr kann aber wohl ihrer übrigen Lebensart zugeschrieben werden. Sie sind sehr große Liebhaber der Wärme. Sie heizen ihre Zimmer acht bis neun Monate hindurch, und zärtliche Per-

sonen pflegen oft nur anderthalb, höchstens zwei Monate in ungeheizten Zimmern zu leben. Der Ofen ist immer so gebaut, daß er im Zimmer geheizt wird. Das Heizen im Zimmer verdirbt, nach Versuchen neuerer Chemiker, auf zweierlei Weise die Zimmerluft. Erstlich: wann die Kohlen noch flammen; weil sich alsdann Kohlensäure, ölichte und wäsrichte Dünste von ihnen der Luft beimischen, zweitens: wann die Kohlen vollkommen glühen; weil sie alsdann der Zimmerluft Sauerstoffgas entziehen.

Die Luft in den Zimmern der Landleute hat fast beständig die Temperatur einer starken Sommerhizze, und kann mit Recht eine Rauchluft genannt werden; theils, weil der Ofen auch zugleich die Küche des Landmanns ist, und der Rauch zum Theil zur Thüre und den Luftlöchern herausgeht; theils weil sie, wegen der Dunkelheit der Zimmer, sich beständig der Kienholz-Pergehn, statt des Lichts, zu ihren Verrichtungen bedienen. Der dicke Rauch wird beim Heizen immer aus den benannten Oeffnungen gelassen, der Rußdampf hingegen und die feineren Dünste der Kohlen bleiben zurück im Zimmer. Diese Dünste sind zwar abhärtend für sie, und machen sie vielleicht weniger empfänglich zu Katarrhen und Rheumatismen, bei der rauhen und abwechselnden Witterung unseres Himmelsstrichs; da sie aber auch viele ölichte, wäsrige und salzige Theilchen enthalten: so disponiren sie zu Augenkrankheiten, und mögen wohl Ursache seyn, daß die Alten unter den Landleuten früher als gewöhnlich erblinden. Ferner müssen sie als eindringende Stoffe Entmischungen der Gäfte verursachen, den Körper bei der Hize des Zimmers sehr austrocknen, die Haut schrumpfen und hart machen, und dadurch die Verschlimmerung aller Faulfieber und Ausschläge,

insonderheit der Blattern bewirken. Das Blattergife kann durch die zusammengezogenen, verengerten einsaugenden Gefäße nicht gehörig verarbeitet werden, und die harte Haut widersteht dem Steigen der Blattern. Die beste Vorbereitung bei einer solchen Epidemie, oder vor der Inoculation der Blattern, müßten daher lauwarme Bäder mit Seife oder mit erweichenden seifenartigen Kräutern seyn, wie z. B. mit dem gemeinen Seifenkraut, oder mit den Malvenblättern, oder mit den Blättern vom Huflattig, die man allenthalben antrifft. Bei den russischen Landleuten rafften die Blattern, weil sie auch in Rauchzimmern leben, gleichfalls viele Menschen weg, die Sterblichkeit scheint jedoch bei ihnen geringer als bei unsern Landleuten zu seyn; weil sie reinlicher leben, mehr Gebrauch von kalten und warmen Bädern machen, und viel Zwiebeln und Knoblauch essen, wodurch sie die Säfte nach der Oberfläche des Körpers leiten.

S. 43.

Unreinlichkeit ist zudem oft mit Ursache der Verschlimmerung der Blattern; daher bei den asiatischen Völkerschaften, die auch sehr unsauber leben, die Blattern gemeiniglich bössartig sind, und wie die Pest gefürchtet werden. Die Reinlichkeit, sowohl in der Wohnung als Kleidung, kann unsern Landleuten nicht genug empfohlen werden, da sie zur Verhütung und Heilung vieler Krankheiten nothwendig ist. Seitdem man auf dieses wichtige Bedürfniß der Gesundheit mehr gesehen hat, sind alle epidemische Krankheiten und selbst die Pest weit seltener geworden. Weld der jüngere berichtet, daß auch das gelbe Fieber im Jahr 1793 in der Straße von Philadelphia zuerst ausbrach, wo die Unreinlichkeit am meisten herrschte. Die Wäsche und Kleidungen müßten nicht

ohne Noth unrein, und niemals naß getragen werden; weil sie den Grund zu Rheumatismen und Nuthren, bei Kindern aber zu Frostbeulen und zur englischen Krankheit legen. Auch verdienen die Landleute gewarnt zu werden, die Kleidungen kranker und verstorbener Personen nicht ungewaschen, und nach einer ansteckenden Krankheit, zugleich nicht undurchräuchert anzuziehen; weil viele Krankheiten sich auf gesunde Menschen durch das Tragen solcher Kleidungen fortpflanzen. Schraud bemerkte in der letzten Pest in Sirmien 1795-1796, daß die von Kranken gebrauchten Kleidungsstücke viel schneller, als die bloße Berührung ansteckten. Francois Gentile hat dieselbe Beobachtung in der Pest zu Constantinopel gemacht.

S. 44.

Zu der Lebensart der Landleute gehört auch das starke Tabakrauchen, das für sie meistens schädlich ist; weil sie ohnehin mehr hager als dick sind und einen trockenen Körper haben. Sie werden durch das Tabakrauchen noch mehr ausgezehrt, noch mehr zur Trunkenheit angereizt, und müssen dadurch sowohl an Verdauung und Nahrung, als auch an Körperkräften leiden. Zudem trinken sie noch oft Brandwein beim Tabakrauchen, wodurch es noch schädlicher wird. Es verdickt die Säfte, und bringt zähschleimigte Krankheiten hervor. Das Tabakrauchen wäre nur bei einer verdorbenen Luft, wie die Herbstluft ist, und nur feuchten und corpulenten Körpern anzurathen. Van Swieten sah bei vielen Personen vom Tabakrauchen Blutbrechen und Blutflüsse des Mastdarms entstehen, die bei einem Kranken plötzlich so sehr zunahmen, daß er in wenigen Stunden starb. Bei der Leichenöffnung fand man, daß er übrigens gesund

gewesen war. Ein Kutscher, den ich von der Ruhr heilte, bekam einen Rückfall mit beträchtlichem Blutverlust, von einer halben Pfeife Tabak, die er zu früh rauchte. Mehrere Patienten, die ich von rheumatischen Rücken- und Kreuzschmerzen heilte, bekamen Rückfälle dieser Uebel, nach zu frühzeitigem Tabakrauchen. Seine betäubenden Kräfte sind auch besonders Skrophelpatienten nachtheilig, und es ist eine gemeine Erfahrung, daß viele Genesende nach schweren Krankheiten, nach der ersten Pfeife Tabak zuweilen Schwindel, Ohnmachten und Uebelkeiten bekommen. Säuerliche Getränke sind die besten Gegenmittel in solchen Fällen.

Zu den Arbeiten, welche bei einer zu anhaltenden Anstrengung die Gesundheit leicht zerrütten, sind hauptsächlich die Weber- Kalk- und Staubarbeiten zu zählen. Die sizzen- de Lebensart der Weber, mit angefüllter Brust an den Brustbaum des Weberstuhls ist häufig die Ursache von Störungen im Unterleibe, von der Engbrüstigkeit, von Husten, Blutspucken, Hämorrhoiden und Lungenjucht dieser Leute. Sie müßten, um sich gesund zu erhalten, täglich ihre Handthierungen mit Bewegungen in freier Luft abwechseln, und nicht einen Theil des Körpers, sondern mehrere, in verschiedenen Lagen und Stellungen, abwechselnd anstrengen. Diese abwechselnden Anstrengungen in freier Luft, machen die Zimmerleute so alt und zu den gesündesten Menschen unter den Handwerkern in allen Himmelsstrichen. Die Kalkarbeiter sind zuweilen Augenschmerzen, Nachtblindheit, schwer heilbaren Husten und Engbrüstigkeit von Kalkdämpfen bei ihren Arbeiten unterworfen. Sie müssen bei ihren Arbeiten zur Verhütung dieser Uebel den Mund und die Nase mit Tüchern verbind-

den, und bei starker Trockenheit des Halses etwas Del einnehmen (§. 10.).

Ein gleiches Verfahren ist beim Dreschen, Sieben, Messen der Getreidearten, und bei den Woll- und Schneiderarbeiten rathsam; weil von dem Staub dieser Handhierungen mit der Zeit Engbrüstigkeit und andere Zufälle entstehen, die leicht in Wassersuchten übergehen *).

IV. Von dem gehörigen Genuß der Nahrungsmittel der Landleute.

Die Verdauung und Ernährung §. 45. — Weitere Erörterung der Ernährung — der Absonderung der Gäfte §. 46. — Von den Nahrungsmitteln der Landleute §. 47. — Eigenschaften der Kahlarten als Nahrung und Arznei §. 48. — des Lauchs, der Zwiebeln §. 49. — des Knoblauchs §. 50. — der Hanfsaamen §. 51. — der Gersten; Hafer; Buchweizen; und Hirsen grütze §. 52. — der Rüben, der Gurken, der Kürbje §. 53. — der Kartoffeln — der Hülsenfrüchte §. 54. — des Rettigs und Meerrettigs — des Gartenkörbels — der Salepwurzel §. 55. — der verschiedenen Beeren §. 56. — Eigenschaften der Nahrungsmittel des Thierreichs §. 57. — des Rind; Schaaf; und Schweinefleisches — des Fetts §. 58. — der Kuhmilch §. 59. — der Butter §. 60. — der Käse §. 61. — Unmäßiger Genuß der Fleischspeisen — des gesalzenen und geräucher-

*) B. Ramazzini's Abhandlung von den Krankheiten der Künstler und Handwerker. Stendal 1780.

ten Fleisches §. 62. — Fischnahrung §. 63. — Laichzeit der Fische §. 64. — Heringe §. 65. — Unmäßigkeit im Essen und Trinken überhaupt §. 66. — Die Esszeiten §. 67. — Sommer- und Winterkost §. 68. — Gehdiger Genuß der Getränke §. 69. — Getränke der Landleute §. 70:72. — Gebrauch und Mißbrauch des Brandweins §. 73:76. — Ueber die Mittel wider den Hang zur Trunkenheit §. 77.

§. 45.

Die Speisen, die wir zu uns nehmen, werden von den Zähnen zermalmt, mit Luft und Speichel vermischt, in den Magen gebracht. Hier werden sie durch Wärme, durch den Magensaft, der sich ihnen beimischt, und durch die sich entwickelnde Luft aufgelöst, und verändern sich in eine breiartige Masse. Diese Masse erregt durch ihre Schwere und Eindruck Zusammenziehungen des Magens, wodurch sie in den Zwölffingerdarm getrieben wird. Sie wird dafelbst, durch Beimischung der Galle, des Safts der großen Magendrüse, und durch die wurmförmige Bewegung der Gedärme noch mehr aufgelöst, verdünnt, weitergeführt, und zum Nahrungsaft bereitet. Die Milchgefäße saugen jetzt den Nahrungsaft in sich, der gröbere, verdorbene Stoff der Speisen wird in die dicken Gedärme geführt, und durch den After aus dem Körper geworfen. Aus den Milchgefäßen kommt der Nahrungsaft in die Gefäßdrüsen, wo er noch mehr verdünnt wird. Aus diesen steigt er durch den Milchbrustgang, längs dem Rückgrad nach der linken Schulter, wo er sich in die linke Schlüssel-Blutader ins Blut ergießt. Nun wird er durch den Kreislauf des Bluts, mit demselben aufs innigste vermischt, und gesiebt gemacht, den

Körper zu nähren, und alle abgenutzte Theile zu ersetzen *).

S. 46.

Die vorzüglichsten Säfte, die aus dem Blute, theils mittelbar theils unmittelbar geschieden werden, sind folgende: das Ohrenschmalz, der Speichel, der Schleim und die Feuchtigkeit der Eingeweide, die Galle, der Magensaft, das Gliedwasser, das Fett, das Mark der Knochen, der Harn, der Saamen, und in der Haut ein feiner Dunst, der die unmerkliche Ausdünstung, und wenn er sich anhäuft, Schweiß genannt wird. Die festen Theile erhalten gleichfalls frische Partikeln aus dem Blute, die sich ihnen durch Wahlanziehung ansetzen und verähnlichen. Auf diese Art wird der Körper, theils durch Nahrungsmittel, theils mittelst der Luft, durch das Athemholen und durch die einsaugenden Gefäße genährt, und ein milder oder schwerer, leichter, wäſſrichter oder mehr geistiger Nahrungsaft bereitet, nachdem die Speisen und Getränke, die moralischen und physischen Einwirkungen, die festen Theile unsers Körpers, und die Selbstwirksamkeit der Natur beschaffen sind. Es hängt nicht bloß von den Nahrungsmitteln ab, um den Körper gut zu nähren, sondern es kommt auch viel auf eine gesunde Verdauungskraft an, die jedes Mal verderben ist, sobald der Körper auf irgend eine Art vom gesunden Zustande abweicht. Alsdann verderben auch die besten Speisen im Magen, und geben oft einen eben so schlechten Nahrungsaft als schlechte Nahrungsmittel. Aus diesem Grunde verbietet man

*) Wer sich über diesen Gegenstand mehr unterrichten will, beliebe Loder's Anthropologie nachzulesen.

alle substantiöse, rohe, schwerverdauliche Nahrungsmittel sehr kranken Personen; weil der Magen durch seine Nerven mit dem ganzen Körper in Verbindung steht, und durch die Mitleidenschaft der Nerven, bei jeder beträchtlichen Krankheit, zugleich mit angegriffen wird. Daher die meisten Kranken fast gar nichts zu verdauen im Stande sind.

Daß aber die Säfte auch nach Beschaffenheit der Nahrungsmittel verschieden sind, sehen wir an der Milch weiblicher Thiere, die nach Verschiedenheit der genossenen Nahrungsmittel Veränderungen in den Verhältnissen ihrer Bestandtheile erleiden. Sogar der Geruch und der Geschmack beim Genuß des Fleisches von Thieren, die mit verschiedenem Futter genährt worden sind, giebt sehr deutlich eine solche Verschiedenheit zu erkennen.

§. 47.

Unter den Nahrungsmitteln, welche unsere Landleute zu sich nehmen, sind die aus dem Kräutereiche die gewöhnlichsten. Die vegetabilische Diät giebt dem Körper mehr Sauerstoff; die animalische hingegen entzieht ihm denselben. Die Vegetabilien nähren freilich schwächer und langsamer, als die Fleischspeisen, ihre Nahrungstheile sind aber auch anhaltender, und erzeugen so leicht keine Verderbnisse der Säfte. Die meisten scheinen bei der Lebensart der Landleute passend zu seyn. Das Brod besteht zwar aus Roggen, der nur einmal gemahlen und nicht gesiebt, sondern mit Kleien gebakken wird; ihr gesunder Magen und ihre starken Bewegungen vertragen aber sehr leicht die schwer verdauliche Eigenschaft dieses Brodts. Der Kohl, besonders der Sauerkohl, Grütze, Hanfsaamen, Gurken, Rüben,

Hülsenfrüchte und Kettige sind bei den Liefländern; bei den russischen Landleuten aber noch die verschiedenen Arten der breiartigen Gallerten, die sie Kifels nennen, und die verschiedenen Zubereitungen, die sie mit Lauch und Zwiebeln machen, die Lieblings Speisen; weniger gerne essen sie andere Wurzeln und Kräuter. Die meisten Speisen der Liefländer werden mit Salz, Essig, oder geronnener Milch zubereitet. Sehr allgemein ist bei ihnen auch eine Art Brei; der Skabeputris genannt wird, und aus Roggenmehl, oder Gerstengrütze und geronnener Milch besteht. Er ist gelind säuerlich, wohl schmeckend und besonders als ein Sommernahrungsmittel gesund für sie. Auch sind ihnen die Kohlarten, die Rüben, der Lauch, die Kettige zuträglich, aber nicht so gut der zu häufige Genuß der mehligten Speisen; weil sie zähe Säfte erzeugen *). Am schädlichsten sind die mancherlei Arten von Schwämmen, weil sie nicht nur schwach nähren; sondern auch gar nicht verdauet werden können **). Die dicken Bäuche der Kinder, die so sehr das Wachsthum behindern, und oft unheilbare Krankheiten nach sich ziehen, die langwierigen kalten

*) In Rußland sah ich von der schwerverdaulichen Hirsengrütze, in Liefland von vielem Brodessen, bei Säuglingen und sogar bei älteren Kindern, Abzehrungen entstehen.

**) Die einzigen Arten, die noch zu empfehlen wären, sind der Püßerling und der Reisker [*Agaricus piperratus et deliciosus*], lettisch Sehnes genannt, weil sie reizende Kräfte zu besitzen scheinen. Lepeq de la Cloture versichert, daß diese Schwämmchen mit Mohnsaft verbunden 28, und Dufresnoy, daß sie 70 an der knötigen Lungensucht und mit Lungengeschwären Behaftete geheilt haben.

Gieber, und Verstopfungen in den Gefrösdrüsen, die häufigen Wassersuchten, sind unter andern Diätfehlern, die ich schon erwähnt habe, zum Theil auch solchen Speisen zuzuschreiben. Wir wollen jetzt die Eigenschaften der Nahrungsmittel einzeln durchgehen.

§. 48.

Alle Kohllarten haben kühlende, verdünnende, antisthorbutische, durchschlagende und urintreibende Eigenschaften, und sind die vortrefflichsten Nahrungsmittel für unsern Landmann. Ihrer blähenden Wirkungen wegen können sie schwache und genesende Personen nicht vertragen, wenn auch, zur Verbesserung dieser Eigenschaft, Kümmel oder Pfeffer zugesetzt wird. Sie bekommen Beängstigungen, Erbrechen, Engbrüstigkeit, Bauchgrimmen und Diarrhöen darnach. Am dienlichsten ist dann ein Schluck Kümmelbrandwein, mit Wermuthstropfen zu nehmen. Der Sauerkohl hat noch stärkere antisthorbutische Kräfte, als der frische Kohl. Durch das beigemischte Salz, und durch seine Säure, ist er zugleich laxirend und faulnißwidrig, und kann als ein Präservativmittel bei epidemischen Krankheiten gebraucht werden. Der Weltumsegler Cook hielt seine Mannschaft durch Sauerkohl vor dem Scharbof sicher, und in dem letzten nordamerikanischen Kriege heilte der Sauerkohl bei der englischen Armee diese Krankheit. Die Blätter von frischem Kohl werden als das beste Mittel auf die wunden Stellen, wo Senfteige oder Blasenpflaster gezogen haben, oder auch zur Reinigung auf Geschwüre, und auf Brüste um die Milch zu zertheilen, angewendet. Warm, sagt Buchan, auf die schmerzhafteste Stelle gelegt, sollen sie sogar in innern Brustentzündungen und Seitenstechen zuträglich seyn. Außer den gemeinen Kohllarten wird

besonders von den russischen Landleuten die Melbe sehr häufig genossen. Die Pflanze wächst auf Feldern und fast an allen trockenen Orten in unserem Norden. Sie ist leicht verdaulich, und hat das mit andern Kohlar ten gemein, daß sie die Säfte verdünnende und den Stuhlgang befördernde Eigenschaften besitzt. Der Saame soll heftiges Erbrechen und Laxiren verursachen. Matthiolus erwähnt eines Apothekers, der ihn bei Bauren gebraucht, die darnach häufig laxirt und gebrochen haben, ohne viele Beschwerde dabei zu empfinden.

§. 49.

Der Lauch, aber noch mehr die Zwiebeln, sind unsern Landleuten, besonders bei ihrer schleimichten, kalten Körperbeschaffenheit zu empfehlen. Sie sind auflösend, schweißserregend, antiskorbutisch, stimulierend und urintreibend; daher sie in Wassersuchten, Steinschmerzen und Brustverschleimungen mit Nutzen gegeben werden. Wider Ohrensausen ist der Saft von ihnen, auf Baumwolle getropft und ins Ohr gestekt, dienlich. Besonders heilsam sind sie auch in einem Breiumschlag, um Eiter zu erregen, oder auch Stükweise gebraten und auf Blutschwäre oder Furunkel und andere Geschwülste applicirt, die in Eiterung übergehen sollen. Bei kleinen Kindern sind sie ein gutes Ableitungsmittel im Husten, in den Blattern und überhaupt bei kalten Füßen gebraucht, wenn man sie in Asche gebraten, des Abends als ein Brei unter die Fußsohlen bindet. Auch innerlich werden die Zwiebeln, mit etwas Zucker oder Honig im Ofen zu einem Brei gedämpft, im Husten sogar bei Säuglingen, und in den Blattern, um sie zum Steigen zu bringen, mit dem besten Erfolg verordnet. Bei reizbaren Körpern, starker Fieberhizze hingegen,

oder bei Leibesverstopfungen, bei Sechswöchnerinnen, insonderheit wenn das Milchfieber bevorsteht, habe ich, nach dem Genuß der Zwiebeln in Suppen, fürchterliche Wallungen und Beklemmungen bemerkt.

§. 50.

Der Knoblauch hat fast die nemlichen Eigenschaften, und auch dies mit den Zwiebeln gemein, daß er hizzigen, reizbaren und zu Blutflüssen geneigten Naturen übel bekömmet. Außerlich wirkt er, wie ein Blasenpflaster auf die Haut. In Brustverschleimungen, Steinschmerzen, insonderheit aber in Wassersuchten, ist er innerlich den Zwiebeln noch weit vorzuziehen. Er soll auch im katarrhalischen Husten, und um die Blattern zum Steigen zu bringen, innerlich wirksamer als die Zwiebeln seyn. Man kocht ihn in Milch und in Speisen, in einer geringern oder größern Quantität, so stark man ihn vertragen kann; Rosenstein hat mit dem Knoblauch sogar kalte Fieber geheilt. Man nimmt zu dieser Absicht Abends und Morgens eine Knoblauchzeh, und steigt allmählig mit dieser Quantität, bis zu 4 oder 5 Zehen täglich. Er muß einige Wochen nach dem Fieber, jedoch weniger, noch fortgebraucht werden; damit keine Rückfälle erfolgen. Bei dem gemeinen Mann in England soll er nach Duncan's Versicherung die Taubheit heilen, wenn eine Zehe ins Ohr gestekt wird. Wider Würmer, Scharbof, und sogar wider die Pest, ist der Knoblauch seit undenklichen Zeiten, sowohl als ein Präservativ, wie auch als Heilmittel gebraucht worden.

§. 51.

Der gestoßene Hanfssaamen gehört zu den Lekkereien der Landleute. Er hat einen weißen, süßen,

stark ölichten Saft, der demulcirende, erweichende, schlüpfrig machende und harntreibende Wirkungen äußert. Die Perser halten dafür, daß er die Unfruchtbarkeit bewirke, aber dennoch den Trieb zum Beischlaf vermehre. In der Gelbsucht ist der Hafensaamen ein sehr bewährtes Mittel. Man soll diese Heilkräfte besonders in Göttingen, wo vor mehreren Jahren eine epidemische Gelbsucht herrschte, erfahren haben.

§. 52.

Die Gersten = Hafer = und Buchweizengrütze haben schleimigte und mild nährnde Bestandtheile. Man verordnet sie daher mit Wasser zu einem sehr dünnen Schleim gekocht, schwachen, kranken und genesenden Personen. Die Gerstengrütze ist etwas austrocknend, und nicht in allen Fällen so passend, als die von Hafer gemacht wird. Geröstetes Hafermehl dient zur Zertheilung der Rose und anderer Geschwülste. Mit Milch oder Wasser zu einem Brei gekocht, ist es ein erweichendes und zeitigendes Mittel bei geschwollenen Brüsten und andern Geschwülsten. Die Hirsegrütze ist schwer verdaulich und stopfend, daher sie Säuglingen und zarten Kindern in Rußland die so häufig vorkommenden dicken Bäuche und Verstopfungen in den Gefrösdrüsen verursacht.

§. 53.

Die Rüben sind etwas blähend, aber nicht schwerverdaulich. Sie haben lösende, verdünnende, zertheilende und reinigende Eigenschaften. Der ausgepreßte Saft ist ein gutes Mittel in Mundschwämmchen mit Honig vermischt. Der gekochte Saft ist im Husten und in der Engbrüstigkeit zuträglich. Die gelben Rüben sind wider Würmer, Auszehrung und

Husten der Kinder, roh auf einer Reibe gerieben und so genossen ein gutes Hausmittel. Der ausgepreßte Saft wird auch im Mundschwamm gebraucht. Außerlich werden sie entweder gerieben, oder zu einem Brei gequetscht, und roh, oder auch in einer Pfanne erwärmt, in sehr unreinen scorbutischen, sogar krebsartigen Geschwüren mit Vortheil angewendet.

Die Beten oder rothen Rüben geben einen leichten Nahrungsaft, und sind kühlend, zertheilend und verdünnend. Bei der zähen Beschaffenheit der Säfte und dem Mißbrauch hizziger Getränke vieler Landleute, sind sie eine wahre Arznei für sie. In Zahn- Kopf- Ohrenschmerzen ist ihr Saft, in die Nase gezogen, dienlich.

Die Gurken sind erquickende Nahrungsmittel für unseren Landmann. Sie bekommen ihnen bei ihren zähen Säften sehr wohl, und werden eben so häufig als die Melonen in wärmeren Erdstrichen genossen. Die feste Substanz der Gurke ist schwerverdaulich; der Saft und die bittere Rinde verbessern aber diese Eigenschaft. Der Saft ist reinigend, kühlend, verdünnend, urintreibend. Man hat sie bei Verschleimungen der Säfte, in der Dörrsucht und Schwindsucht nützlich befunden. Die eingemachten Gurken sind, wegen ihrer säuerlichen Beschaffenheit, noch kühlender als die frischen; sie gehen jedoch leicht in Gährung über.

Die Kürbisse sind nahrhaft und leichtverdaulich; man kann sie daher auch in Krankheiten als Nahrungsmittel empfehlen.

§. 54.

Die Kartoffeln sind nährend, aber auch zugleich schleimerzeugend und stopfend. Dem Landmann und

der arbeitenden Klasse der Menschen bei vielen Muskularbewegungen, sind sie ein angemessenes Nahrungsmittel; sie dienen aber nicht Kindern, erschlafften und schwächlichen Personen, bei denen man ohnehin Schleimanhäufung, und eine Anlage zu Verstopfungen antrifft. Wir kennen überhaupt die Eigenschaften der Kartoffeln noch nicht genugsam, obzwar sie wohl verdienten, genauer untersucht zu werden, da das Kraut zu den betäubenden Pflanzen gehört. Im Skorbut haben die Engländer Blane und Gillespie, täglich den Matrosen einige rohe Kartoffeln mit Nuzzen gegeben. Außerlich sind die rohen Kartoffeln, gequetscht oder gerieben, als Breiumschlag in Verbrennungen heilsam. Die alten, ausgewachsenen Kartoffeln sollen im Finstern einen phosphorischen Schein von sich geben.

Die Hülsenfrüchte, hauptsächlich die getrockneten, als Erbsen, Linsen, Bohnen, haben mehligte und schleimigte Bestandtheile, und sind blähend und schwer verdaulich; jedoch bei den starken Muskularbewegungen der Landleute sehr zweckmäßige Nahrungsmittel.

§. 55.

Der Rettig ist stark schleimauflösend und urintreibend, aber wie alle Wurzeln auch zugleich blähend für den Magen. Der ausgepreßte Saft ist ein sehr wirksames Mittel, des Morgens zu einigen Eßlöffeln voll genommen, in der schleimigten Engbrüstigkeit. Er wird auch in Steinbeschwerden mit Honig vermischt gelobt. Der Meerrettig ist noch harntreibender als der Rettig, und zugleich ein antiskorbutisches Mittel. Linnée empfiehlt den Meerrettig besonders in der skorbutischen Engbrüstigkeit. In Steinbe-

schwerden, Gliederreißen, Gicht, wird der Saft bei den Landleuten sowohl äußerlich als innerlich gebraucht. In der Schlassucht und Hirnentzündung wird er zum Ableiten der Säfte unter die Fußsohlen gebunden. Die Rißels der Russen aus Hafer- oder Weizenmehl, sind leichtverdaulich und nährend; sie können daher jeder Körperkonstitution, selbst Kranken angerathen werden *). Der Rißel aus Erbsenmehl ist blähend und schwerverdaulich; mithin allen Personen mit einer geschwächten Verdauungskraft nachtheilig **). Noch zu empfehlen wäre der Gartentörbel, als Nahrungsmittel für den Landmann, da er bei uns recht gut zu gedeihen pflegt. In Schweden und Deutschland wird er sehr geschätzt, und häufig in Suppen wie Kohl gegessen. Er hat verdünnende, auflösende und blutreinigende Kräfte, und treibt den Harn und die Blähungen. Er ist besonders Kranken und Genesenden anzurathen. In schleichenden Fiebern, Schwindsucht, Engbrüstigkeit, Ausschlägen, Flechten, Skropheln, in verstopften Gefrösdrüsen, in Wassersuchten und im Krebs ist er mit Nutzen gebraucht worden. Außerlich wird er zur Zertheilung der Milch, mit Erlenblättern vermischt, bei Wöchnerinnen gelobt. Man zerschneidet diese Mittel, macht sie auf einem Teller heiß, so daß sie zu einem Brei werden, und legt sie warm täglich einige Mal auf die Brüste. Gegen unterdrückten Harn soll der

*) Wir haben in der näheren Bestimmung der diätetischen und arzneilichen Mittel unter Nr. 2. die Zubereitung des Rißels aus Hafermehl beschrieben.

**) Ein Genesender aß einen solchen Erbsenrißel und bekam die heftigste Magenkolik darnach, die leicht, ohne ärztliche Hülfe, hätte gefährlich werden können.

Körbel, als Breiumschlag, ebenfalls dienlich seyn. Haller und Plenf haben eröffnende Kräfte beobachtet. Geoffroy erinnert, daß ein lang anhaltender Gebrauch Husten erzeuge, und denen, die zu Blutspeien geneigt sind, nachtheilig sey. Durch mehrere Erfahrungen sind aber diese Bemerkungen nicht bestätigt worden.

Als eine einheimische Pflanze, die den Landleuten ein gutes Nahrungsmittel abgeben würde, verdient noch die Salepwurzel hier vorzüglich erwähnt zu werden; da sie noch gar nicht zu diesem Behuf benutzt worden ist. Diese perennirende Pflanze gehört zu den Orchisarten, und wird auch Ragwurzel oder Knabenwurzel genannt. Fischer führt in seiner Naturgeschichte von Liefland, in der zweiten Auflage, Seite 611, sechs Arten von ihr an, die sehr häufig auf feuchten Wiesen, wie auch in Wäldern und besonders in der dorptschen Gegend gefunden werden. Die Pflanze heißt lettisch *Osegguses lappas*, auch *Pohstim*, ehstnisch *Juda Pappa*, *Poi rohhi*. Die genauere Beschreibung der Pflanze übergehe ich hier, da man sie in Fischer's benanntem Werke findet, das jedem Oekonomen gewiß zur Hand seyn wird, und führe nur so viel an, daß eine Art derselben, die zweiblättrige Knabenwurzel, in Liefland wilde Nachviole genannt wird, und auch nach Pallas Meinung dem persischen Salep substituirt werden könne. Diejenigen Wurzeln, die wir aus der Türkei bekommen, sollen nach Linnee und Cullen, von der *Orchis bifolia* und *Orchis morio* seyn. Ehemals, da die Pflanze nicht genug bekannt war, verschrieben die Apotheker ihre Wurzel als ein Arzneimittel mit vielen Kosten aus Persien; jetzt wird sie in Schweden, England, Frankreich, und vielen andern Ländern gesammelt und kein unbeträchtlicher Handel als Apotheker-Waare

damit getrieben. Die Wurzel hat eine länglichrunde, pflaumenartige, zuweilen auch herzförmige Gestalt, die aber sehr in der Größe verschieden ist. So lange die Wurzel frisch ist, sieht sie weiß aus, und riecht unangenehm; durch das Trocknen verliert sie aber den Geruch gänzlich, wenn bei dieser Verrichtung das Oberhäutchen zuvor abgelöst wird, und wird blaßgelb, hart und etwas durchscheinend. Getrocknet und zu Pulver gestoßen, löst sie sich durch's Kochen mit Wasser zu einem Schleim auf, der beim Erkalten gallertartig wird, und wohlschmeckend, nahrhaft und leicht verdaulich ist. Der Geschmack ist schleimigt, da sie ganz aus solchen Theilen besteht. Die beste Zeit des Einsammelns der Wurzel ist, wenn der Saame der Pflanze sich gebildet, der Stengel anfängt trocken zu werden und abzusterven. Den persischen Salep erhielten wir sonst auf einen baumwollenen Faden gereiht, doch so, daß zwischen jeder Wurzel ein Zwischenraum befindlich war. Die Wurzel wird wahrscheinlich auf die Art getrocknet. Die Zubereitung der Wurzel ist folgende. Man läßt die Wurzel mit kaltem Wasser erst abwaschen, sie darauf in heißes Wasser legen, und durch Reiben mit einem Tuch das äußere Oberhäutchen ablösen: dann läßt man sie 6 = 8 = 10 Minuten auf einer Platte oder Schüssel in einem Backofen stehn, bis sie etwas durchsichtig und hornartig wird, und nachher in einem mäßig warmen Zimmer völlig trocknen. Auf die Art zubereitet ist die Wurzel zum Gebrauch fertig, und kann an einem trockenen Orte, so lange man will, aufbewahrt werden. Die Absonderung des Oberhäutchens macht die meiste Arbeit, es soll aber auch dadurch beim Trocknen hauptsächlich der unangenehme, bößähnliche Geruch verloren gehen. Wie die Morgenländer die Wurzel trocknen, ist noch nicht hinläng-

lich bekannt, sie ist aber von verschiedenen Europäern auf mancherlei Art getrocknet, und zum Aufbewahren recht gut zubereitet worden. Will man die Wurzel kochen, so stößt man sie zuvor zu Pulver. Eine halbe medicinische Unze von diesem Pulver machen zwei medicinische Pfund Wasser beim Aufkochen, unter beständigem Umrühren gallertartig. Am besten wird sie zur Gallerte, wenn man das Pulver mit heiß gekochtem Wasser allmählig vermischt, und dann aufkocht. Diese Gallerte, zu der man noch Salz zuthun kann, schmeckt wie Sago, besonders wenn sie, welches ich hier freilich nur für wohlhabende Stände erwähne, mit Wein, Zucker und Zimmt zubereitet wird, und enthält sehr viele nährnde Bestandtheile. Sie ist wegen ihres milden, thierähnlichen Schleims, insonderheit entkräfteten Personen, bei einem schwachen Magen zuträglich. Der Salep ist daher bei einem Mismachs der Getreidearten und Brodtmangel in einem Lande, ein sehr zu empfehlendes Nahrungsmittel. Ein medicinisches Pfund von dieser Wurzel ist hinreichend, einen Menschen zwölf Tage zu ernähren; da täglich eine Unze des Pulvers der Wurzel 4 Pfund Gallerte giebt. Noch stärkender wird die Wurzel, wenn sie mit Fleischbrühe gekocht wird. Die Salepwurzel ist übrigens andern Nahrungsmitteln noch deswegen vorzuziehen, weil zu ihrer Bereitung weder langes Kochen noch viel Wasser nöthig ist. Als Arzneimittel hielten die alten den Salepschleim beinahe für eine Universalarznei, wofür ihn noch jetzt einige Morgenländer halten. Die Wurzel besitzt, außer der nährenden, noch gelind anhaltende und scharfeinwickelnde Eigenschaften. In der Ruhr, die wie bekannt bei uns zu den gewöhnlichen Herbstkrankheiten gehört, und jährlich viele Menschen unter dem Volke wegrafft, ist daher der Salepschleim von gro-

ßem Nutzen, indem er die oft rohen Gedärme umhüllt, die Schärfe einhüllt, die Schmerzen dadurch lindert, nährt und mäßig anhält. Er scheint vorzüglich unsern Landleuten, ihrer Körperkonstitution nach, angemessen zu seyn. Sollte die Wurzel, als Nahrungsmittel gebraucht, den Stuhlgang anhalten, welches bei gesunden Personen jedoch nicht wahrscheinlich ist; so kann sie mit Kohl, Rüben, oder andern durchschlagenden Küchenkräutern gekocht werden. Die anhaltende Wirkung wird aber schon ohnehin, als Speise, durch das Salz, das man zumischt, gehoben. In Koliken, Steinbeschwerden, verhindertem Urinlassen, und in einem zu starken Durchlauf beim Zahnen der Kinder, hat sie sich gleichfalls nicht selten wirksam gezeigt. In der Auszehrung und in der rheumatischen Lungenucht ist der Salepschleim, bei letzterer Krankheit mit starken Gaben Salpeter vermischt, nach meinen zwanzigjährigen Erfahrungen, ein sehr wichtiges Mittel. Mir ist es einige Mal gelungen, dergleichen Lungenüchtige durch diese Mittel wieder herzustellen, obzwar ich sie auch in mehreren Fällen ohne erwünschten Erfolg anwendete. Die Bedingnisse, unter welchen sie in dieser Krankheit wirksam sind, sind noch nicht von Aerzten genugsam beobachtet worden. Man hat die Salepwurzel auch in hektischen Fiebern, bei ganz ausgemergelten Kranken, nach starken Eiterungen, Amputationen, mit großem Nutzen gebraucht. Im Skorbut hat Persival sie als ein die Säfte verbesserndes Mittel bemerkt. Nach diesen angeführten Tugenden der Salepwurzel, ist es leicht vorstellbar, daß Landgeistliche und Grundbesitzer in unserem Norden sich sehr verdient machen würden, wenn sie diese Wurzel bei unsern Landleuten als Nahrungsmittel einführen möchten. Sollte die Kultur der Pflanze für den

Landmann, als Nahrungsmittel, auch nicht jederzeit nöthig seyn; so würde die Wurzel doch immer gern der Apotheker abkaufen, da sie als Arzneimittel sehr häufig von Aerzten verschrieben wird, und noch immer von Hamburg herkömmt *).

§. 56.

Zu den Obstfrüchten, die man in Rußland antrifft, sind folgende Beeren zu rechnen. Die Heidelbeeren oder Blaubeeren, lettisch *Glasenes*, *Sillenes*; ehstnisch *Sinnikud*, So marjad. Sie sind angenehm von Geschmack, aber schwerverdaulich, und erregen zuweilen Magenbeschwerden, Kopfschmerzen, Uebelkeiten und Erbrechen, besonders wenn sie nicht auf trockenem Boden wachsen, sondern auf Morastgrund, wo man sie oft neben dem wilden Rosmarin findet, von dem sie einen besondern Geruch und Geschmack annehmen.

Die rothen Heidelbeeren oder Schwarzbeeren, lettisch *Mellenes*, ehstnisch *Musikud*, russisch Черница sind weit gesunder als die Blaubeeren. Sie haben einen purpurfarbenen Saft, der die Lippen beim Genuß schwarzblau färbt, und einen süßsauren, etwas herben Geschmack. Ihre Kräfte sind zusammenziehend, ihre Bestandtheile schleimigt; daher sie auch die Leibesöffnung, besonders wenn sie gedörrt in Pulver gegeben werden, anhalten. In Diarrhöen,

*) Wer sich über die Pflanze mehr unterrichten will, lese Rez in den Schwedischen Abhandlung. V. J. 1764. Persival über den medicinischen Gebrauch der Salep-wurzel, und über die Art sie zu kultiviren. Moutt in Phil. Transact. T. 59.

Ruhren, Gurgelwassern, verdient ihr Gebrauch empfohlen zu werden.

Die Strikbeeren oder Preußelbeeren, lettisch Bruklenes, ehstnisch Polcad, Pollako marjad, russisch Брузница, sind kühlend, hizzedämpfend und durststillend. Sie können demnach bei Fiebern genossen werden, wenn die Verdauung für einen rohen Reiz stark genug ist. Die Blätter dieser Früchte sind zusammenziehend, und sollen in Steinbeschwerden dienlich seyn.

Die Moosbeeren oder Krahnsbeeren, lettisch Dsehrwenes, ehstnisch Kurramarjad, Jähwikud, russisch КЛЮКВА, haben einen scharffsauren zusammenziehenden Geschmack, und hizzedämpfende, säulnißwidrige, antiscorbutische und durststillende Eigenschaften. Ihr Saft kann in allen Fiebern zum Getränk gemischt werden. Die, welche den Winter hindurch unter dem Schnee gelegen haben, sind weit angenehmer und saftreicher als die im Herbst aufbewahrt werden. Außerlich gebraucht, soll der Saft sogar Wunden und Entzündungen heilen.

Die Sumpfbeeren gehören eben so, wie die Blaubeeren, zu den ungesunden Früchten.

Die Erdbeeren, lettisch Semmenes, Semmenes ohga; ehstnisch Matisa rohhi, russisch Земляника, sind sehr erfrischende, kühlende, durststillende, säulnißwidrige und harntreibende Früchte. Sie befördern die Eßlust, und man kann sie ohne Nachtheil recht häufig genießen. Doch giebt es einzelne Konstitutionen, denen sie Ausschläge, Durchfälle und andere Beschwerden verursachen. Bei sehr entkräfteten, hektischen, melancholischen Kranken, haben

sie sich, in großer Menge genossen, sehr heilsam gezeigt. Sie sind auch in der Gicht, im Podagra, im Blasenstein und im Weinstein der Zähne nützlich. Die frisch gestoßenen Blätter sollen, äußerlich angewandt, Geschwüre heilen; und innerlich, in einem Aufguss gebraucht, dem Geschmack nach, dem chinesischen Thee nahe kommen.

Die Himbeeren, in Liefland genannt Nadbeeren, lettisch Ahwenes, Awaschi; ehstnisch Baarmarjad auch Warikud, russisch Малыни, sind hizzedämpfend und erquickend; in großer Quantität genossen, verursachen sie aber einigen Personen leicht Kolikschmerzen und Stuhlgänge. Aus dem Saft dieser Beeren, wie auch aus andern Arten von Beeren, macht man in Rußland Infusionen mit Weingeist und verschiedenen Weinen, die sehr angenehm und durststillend sind.

Die Maulbeeren oder Schellbeeren, lettisch Lohzenes, ehstnisch Murakad, im dörptschen Klübarad, bei Reval Karlak, russisch Моршкни, sind kühlend und sollen in der Schwindsucht, Blutspeien, besonders aber im Scharbof heilsam seyn.

Die Brombeeren, Steinbeeren, haben fast dieselben Eigenschaften.

Die rothen Johannisbeeren, lettisch Süstrini; ehstnisch Sostra, auch Harraka marijad, russisch *Смородина* Моршкни, werden besonders in Ehstland wildwachsend gefunden. Der Saft der Beeren ist süßsauer, schleimigt, zusammenziehend, kühlend, hizzedämpfend, durststillend, säulnißwidrig, und dient in allen fieberhaften Krankheiten, besonders wenn man ihn dem Getränk zumischt.

Die schwarzen Johannisbeeren, lettisch Mellni sustrin sind nicht so scharfsauer, aber noch schleimiger als die rothen Johannisbeeren. Sie sind harntreibend, hizzedämpfend, zertheilend, säulnißwidrig, und haben sich besonders in der Bräune sehr wirksam gezeigt. Es wäre der Mühe werth, mit ihrem Saft in der bis jezt fast noch unheilbaren Krankheit, in der Luftröhren = Schwindsucht Versuche zu machen. Die Blätter der Beeren sollen im Geschmack, mit kochendem Wasser infundirt, dem chinesischen Thee ähnlich seyn.

Die wilden Stachelbeeren sind bei uns nicht häufig. Sie besitzen eine säulnißwidrige, schleimigte und herbe Säure, welche die Eßlust befördert; ihre Haut ist aber unverdaulich.

§. 57.

Aus dem Thierreich wird das Rind = Schaaf- und Schweinefleisch von unsern Landleuten gegessen, welches sie auch zu salzen und zu räuchern pflegen. Milch und Butter wird am meisten genossen, die auch sehr gesunde Nahrungsmittel sind. Indem sie aber die Milch oft kochen und gähren lassen, und häufig zu ihren säuerlichen Speisen und Getränken mischen, so erzeugt sie manchmal bei schwächlichen Subjekten zu viele Säure im Magen, und nicht nur eine falsche Eßlust, sondern auch einen verdorbenen Stoff in den Eingeweiden. Sehr gut finden dann mitunter ihre salzigen Speisen statt, wodurch nicht nur die Schärfe der Säure verbessert, sondern auch zur Ausleerung befördert wird.

§. 58.

Von den angeführten Fleischspeisen, ist das Rindfleisch am nährhaftesten, und gehört ganz für

die arbeitende Klasse der Menschen. Vollblütige Personen müssen es sehr mäßig genießen, wie auch diejenigen, welche zu Entzündungen und Rheumatismen geneigt sind.

Das Schaaffleisch ist leichtverdaulich, aber auch leicht zur Schärfe geneigt. Es vermehrt nach Sanctorius Wahrnehmungen die unmerkliche Ausdünstung vor allen andern Fleischspeisen. Die Kirgisen, die fast nichts als Schaaffleisch essen, sind von gesunder Körperkonstitution, ihre Ausdünstung hat aber einen eigenen Geruch.

Das Schweinefleisch ist starknährend, dabei aber schwerverdaulich, und erzeugt mehr zähe als milde Säfte. Es mindert, nach Sanctorius, die Ausdünstung, und nimmt leicht eine Schärfe an. Ein Stük roher Schinken ist zur Reizung des Appetits, bei einem welken Magen, dienlich.

Das Fett von den erwähnten Fleischspeisen ist zwar stark nährend, aber zugleich erhitzend, verschleimend und schwerverdaulich. Das Rindsfett ist von allen Fetten noch am leichtverdaulichsten. Alles Fett, so wie selbst die Butter, wird aber bald ranzig, und verursacht dann eine Verderbniß der Galle, Ausschläge, Anlagen zu Gelbsuchten, und einen schlechten Nahrungsast; daher gallenreiche und verschleimte Personen überhaupt keine fette Nahrungsmittel genießen müssen.

§. 59.

Die frische Kuhmilch ist leicht verdaulich, mildnährend und eröffnend; für einen schwachen Magen aber blähend, wegen der vielen wäſſrigen Theile und Neigung zur Säure, welche sie enthält. Galen

führt einen Landmann an, der hauptsächlich von Milch über hundert Jahr gelebt hat, und Battus erzählt, daß jemand bei der Milchkost sogar 152 Jahr alt geworden ist. Diese und mehrere andere Erfahrungen glaubwürdiger Schriftsteller bürgen schon genug für die guten Eigenschaften der Milch; nur müssen Leute, die zu Blähungen geneigt sind, sie nicht genießen, besonders wenn sie darnach Bauchgrimmen und Diarrhöen bemerken. Der verstorbene Professor Spielmann in Straßburg behauptete, man könne durch Zuthun süßer Mandeln die Kuhmilch so verdünnen, daß sie der Menschenmilch ähnlich werde. Als Arznei ist sie im Skorbut, Gicht, Gliederreißen, Schwind- und Dörrsucht dienlich. Fieberpatienten und von Fiebern Genesende dürfen aber keine Milchspeisen essen, besonders keine saure Milch, weil leicht kalte Fieber darauf zu erfolgen pflegen. Die saure gegallerte Milch ist noch kühlender und eröffnender, als die frische Milch, und in heißen Sommertagen eine erquickende Nahrung für den Landmann. Sie wird bei Uebelkeiten zur Verhütung des Erbrechens, im Skorbut und in allen Fällen, wo milde Säuren anwendbar sind, mit Nutzen verordnet. Die käsigte, dicke saure Milch ist am schwer verdaulichsten. Roserius hat diese saure Milch als ein Vorbaumungsmittel in der Hundswuth empfohlen. Die Buttermilch ist kühlend, verdünnend, laxirend und durststillend; und wird daher mit Nutzen in gallichten und entzündlichen Krankheiten gebraucht.

§. 60.

Butter hat alle Eigenschaften des Fettes [§. 58.], und der Oele, übertrifft sie aber darin, daß sie weit nährender ist. Sie erweicht, macht die Gedärme schlüpfrig; und ist daher der Ausleerung förderlich.

Aus diesem Grunde sagt man im Sprichwort, daß die Butter des Morgens Gold, des Mittags Silber, und des Abends Blei wäre; weil immer nach ihrem Genuß eine hinlängliche Zeit zur Verdauung erfordert wird, und sie am besten des Morgens, durch die erfolgenden täglichen Bewegungen, mit dem Magen-saft vermischt werden kann. Bei allen hitzigen Krankheiten, schwachen Magen und Lungen, muß ihr Genuß gänzlich vermieden werden.

§. 61.

Unsere Landleute bereiten sich auch Käse aus der Milch, zu der sie viel Salz und Kummel mischen. In geringer Menge genossen reizen sie den Magen und verbessern die Verdauung; in größerer Menge sind sie aber sehr schwerverdaulich. Galen glaubt, daß der Käse Steine erzeuge.

§. 62.

Da alle Fleischspeisen sehr nahrhaft sind; aber auch leicht in Verderbniß und Fäulniß übergehen, so hat man sie in Katarrhen, Rheumatismen, sichten-schen Krankheiten und in solchen, die mit einem faulen Stoff in den ersten oder zweiten Wegen verbunden sind, widerrathen. Unmäßig genossen erzeugen sie auch dergleichen Krankheiten. Im Herbst beim Schlachten und Einsalzen, sollen selbige zuweilen nach einem unmäßigen Genuß bei den Landleuten erfolgen; zu welchem Erfolg aber freilich auch mehrere andere Ursachen mitwirken. Gefochtes Fleisch ist schwerverdaulicher als gebratenes, insonderheit wenn es sehr weich, und stark ausgekocht ist. Gesalzenes und geräuchertes Fleisch ist schwerverdaulicher, als frisches Fleisch. Nur in geringer Quantität genossen,

ist es reizend für den Magen; ein häufiger Genuß hingegen kann den Skorbut, Verderbnisse der Säfte und Ausschläge erzeugen. Daß übrigens das Fleisch von ungesunden Thieren schädlich sey, und selbst die Wasserscheu von Thieren, die von tollen Hunden gebissen worden, entstehen könne, haben mehrere Erfahrungen bewiesen.

§. 63.

Da Rußland sehr fischreich ist, so dienen die Fische auch häufig zur Speise der Landleute. Diejenigen, welche sich in den Flüssen aufhalten, sind im Ganzen genommen die gesündesten; nicht so gesund die Seefische, und am ungesundesten diejenigen, welche sich in stillstehenden Gewässern befinden. Von Seefischen hat der Landmann nur wenige Arten, die meisten sind Flußfische, die auch nicht so hart und schwerverdaulich als die Seefische sind. Sie geben dem Körper eine leichte Nahrung, und da sie zudem bei ihrer Zubereitung stark mit Salz gerieben werden; so verlihren sie viele schleimigte und ölichte Bestandtheile, wodurch sie leichter verdaut werden, und weniger zähe Säfte erzeugen. Die gemeinsten Arten sind: Strömlinge, Quappen, Barsche, Stinte, Schleien, Gründlinge, Aale, Schmerlinge, Hechte, Butten, Karauschen, Kadauen, Stäbse, Brachsen, Weingallen. Die übrigen Fischarten sind mehr Nahrungsmittel der Städter und zu kostbar für den Landmann. Sie werden auf verschiedene Art zubereitet und gekocht, eingesalzen, gebraten und getrocknet gegessen.

§. 64.

Frisch gekocht oder gebraten sind sie am leicht verdaulichsten, weit schwerer hingegen eingesalzen,

geräuchert und in der Luft getrocknet. Eine ungesunde Nahrung geben aber alle Fische, wenn sie zur Laichzeit genossen werden.

Die Strömlinge sind die zartesten und leicht verdaulichsten unter den hiesigen Fischen, und sollen nach Johannis die größte Laichzeit halten.

Die kleinere Art, die Killoströmlinge genannt werden, hält man im Herbst am gesundesten. Diese Fische führen die Landleute im Sommer aus weiten Gegenden bei der größten Hitze herbei, da sie dann oft faul sind, noch ehe sie eingesalzen werden. Von einer solchen faulen animalischen Kost müssen unstreitig auch faulartige Krankheiten entstehen. Der Pastor Eisen glaubte, daß die blaue Blatter von dem Genuß dieser gesalzenen faulen Fische herrühre.

Die Quappen haben ein zartes Fleisch, sind nahrhaft und nicht sehr schwer verdaulich. Sie werden im Frühling und Anfange des Sommers gegessen.

Die Barsche sind leichtverdaulich, besonders der Kaulbarsch oder Goldbarsch. Sie laichen im April, Mai und Junius, die größten Flußbarsche aber im März und April. Genesende, ausgenommen die von kalten Fiebern genesen, können die kleineren essen.

Die Stinten sind zwar zart, aber doch nicht sehr leicht verdaulich, und ihres Geruchs wegen, der streng und widrig ist, für keine gesunde Fischart zu halten. Nach dem Genuß der Stinten sah ich wenigstens in mehreren Fällen Wechselfieber erfolgen. Ihre Laichzeit ist unbestimmt.

Die Schleien sind nicht leicht verdaulich, und geben schlechte Nahrungssäfte. Ihre Laichzeit ist im Junius.

Die Gründlinge sind zart und leicht verdaulich. Ihre Laichzeit wird im April angegeben.

Die Aale sind keine gesunde Fischart; weil sie viele ölichte und schleimichte Bestandtheile haben, und viel Fischlaich fressen. Sie müssen mit Senf, Meerrettig und scharfen Gewürzen genossen werden. Ihre Laichzeit ist im Mai.

Schmerlinge oder Barben sind leicht verdaulich, und pflegen im Junius zu laichen.

Die Hechte sind schwer verdaulicher als die kleinen zarten Fischarten, sie halten im April und Mai ihre Laichzeit.

Die Butten sind frisch eine zarte, gut nährnde Fischart, geräuchert haben sie eine den Magen reizende und die Verdauung befördernde Eigenschaft, wenn sie nemlich in geringer Menge genossen werden. Ihre Laichzeit ist unbestimmt, aber gemeinhin vor dem Junius.

Die Karauschen sind zart und leicht verdaulich, geben aber einen schlechten Nahrungssaft; weil sie sich in stillstehenden Gewässern aufhalten, fast immer im Grunde liegen, der bei den meisten dergleichen Gewässern morastig ist. Ihre Laichzeit ist vor Johannis am stärksten.

Die Stäbse oder Muränen, im Dörptschen Nabsen genannt, sind keine ungesunde Fische, wenn sie nur nicht zu alt und zur Laichzeit, die im November ist, genossen werden.

Die Brachsen gehören zu den wohlschmeckendsten Fischen, und sind mehr Nahrungsmittel der Städter als des Landmanns. Man behauptet, daß in ihren Eingeweiden oft der Bandwurm gefunden werde. Im Mai sollen sie ihre Laichzeit halten.

Die Kadauen und Weingallen sind leichtverdaulich, aber nicht mildnährend. Ihre Laichzeit ist gegen das Ende des Aprils.

§. 65.

Außer diesen einheimischen Fischen, werden noch aus Schweden in großer Menge eingesalzene Heringe zu uns geführt, welche eine wohlfeile und schickliche Kost für den Landmann sind. Besonders zuträglich ist es, wenn bei dem Genuß der Fische mitunter Vegetabilien und Säuren genossen werden, indem die nährenden Bestandtheile der Fische dadurch verbessert werden. Alle Fischarten nähren zwar geschwind, aber sie sind eben so, wie die Fleischspeisen, einer baldigen Verderbniß unterworfen. Bei einer arbeitsamen und kraftvollen Anstrengung des Körpers scheinen sie keine schickliche Nahrung zu geben. Es werden nach ihrem häufigen Genuß auch nicht selten Verschleimungen der Säfte, Würmer, und kalte Fieber beobachtet.

§. 66.

Es ist überhaupt noch zu bemerken, daß unsere Landleute durch Unmäßigkeit im Essen und Trinken, sich zuweilen Krankheiten zuziehen, besonders zur Herbstzeit, wie schon im §. 61. Erwähnung geschehen ist. Jede Ueberladung des Magens schwächt die Verdauung, giebt einen ungesunden Nahrungsfaß, und hat ein Abnehmen der Kräfte des Körpers zur Folge.

Ein Heer von Krankheiten können daraus entspringen, die dann asthenischer Beschaffenheit sind. Jedoch können sie auch Anfangs sthenischer Art seyn, besonders wenn zugleich stark Brandwein getrunken wird; daher dann nicht selten bei dergleichen Ausschweifungen Schlagflüsse zu erfolgen pflegen. Man muß in solchen Fällen ungesäumt die Ader öffnen, und hernach die ersten Wege durch ausleerende Mittel zu reinigen suchen.

§. 67.

Gewöhnlich pflegen unsere Landleute dreimal täglich, bei langen Tagen und zur Arbeitszeit hingegen viermal zu essen. Die Mahlzeiten, bei denen sehr langsam gegessen wird, sind zugleich eine sehr schikliche Ruhezeit für sie. Bewegung hat man ihnen vor Tische nicht nöthig anzurathen, da dieses Bedürfniß für den Körper ihnen schon ihr Verhängniß und die Nothwendigkeit auflegen. Nach dem Mittagessen mögen sie gerne, wenn es angeht, sich niederlegen um etwas zu schlafen und Kräfte zu schöpfen, welches ihnen auch wohlbekömmt; obgleich es besser ist, nur so viel zu essen, daß keine Neigung zum Schlaf darauf erfolgt. Nach dem Essen ist aber, hauptsächlich bei der arbeitenden Klasse der Menschen, einige Ruhe anzurathen, damit kein Aufwand von Kräfte geschehe, und sich alle Kräfte zur Verdauung concentriven können.

§. 68.

Im Sommer besteht ihre Kost aus Milch, Butter, Käse und Brod, gesalznen Fischen, und dem dünnen Brei, der Stabeputris genannt wird. Diese Nahrungsmittel bekommen ihnen wohl, und pflegen, wenn sie nicht verdorben sind, keine krankhafte Zufälle

zu veranlassen. Der Arbeiter lebt oft eine ganze Woche von dieser kalten Kost; in den Gefunden werden hingegen Suppen aus Milch, Grütze, Mehl, Fleisch, Rüben, oder Hülsenfrüchten gekocht. Alle diese Speisen sind sehr passende Nahrungsmittel für den Landmann. Im Herbst wird viel Kohl und Schweinefleisch gegessen. Die letztere Speise muß von denen, die Grinder, Flechten, Ausschläge oder Geschwüre haben, nicht genossen werden. Im Winter wird viel Sauerkohl gegessen, der ihnen besonders zuträglich ist; da er der Fäulniß widersteht, und die Säfte verdünnt, welche von der Kälte und dem Brandwein verdickt werden.

Im Frühjahr pflegt, wegen Armuth der Bauern, insgemein die Kost sehr knapp und mager zu seyn; gerade zu einer Zeit, da ihre schweren Arbeiten angehen, und sie die stärkste Nahrung und meisten Kräfte nöthig hätten. Der Körper wird durch zu wenig Nahrung nicht nur kraftlos, sondern stirbt auch geschwinder ab, indem die kleineren Gefäße verwachsen. Zudem entsteht auch Neigung zur Fäulniß bei nicht genugsamer, irregulärer und schlechter Nahrung; daher bei einer Hungersnoth auch die heftigsten Faulfieber herrschen. Einen Menschen, der einen solchen Mangel an Nahrung erlitten hat, muß man aus diesem Grunde, wie einen Faulfieber-Patienten behandeln, und ihm säuerliche, vegetabilische Nahrungsmittel geben.

§. 69.

Die Getränke unserer Landleute sind, wenn man den Brandwein ausnimmt, ziemlich wärrichter Beschaffenheit. Reichliches Trinken wärrichter, nicht geistiger Getränke, verdünnt die Säfte, und besör-

bert alle Absonderungen und Ausleerungen des Körpers. Es muß aber nicht kurz vor der Mahlzeit, oder dann geschehen, wenn der Magen eben mit Speisen angefüllt ist, sondern vielmehr eine Weile nach dem Essen; weil das Trinken wäſſrichter Getränke sonst den Magen zu sehr ausdehnt, die Galle im Magen verdünnt, und die Verdauung schwächt. Dies thut hauptsächlich der Genuß wäſſrichter Getränke; geistige ziehen den Magen mehr zusammen und verstärken die Verdauung.

Trinkt man zu wenig, so erfolgen Leibesverstopfungen, eine gestörte Verdauungskraft und Fähigkeit der Säfte. Nach der Regel muß man zweimal so viel Flüssigkeiten als trockene Speisen zu sich nehmen; man kann aber ohne Nachtheil dieses Maaß überschreiten, wenn man Trieb zum Trinken hat; da die Beschaffenheit der Luft, die Qualität der Speisen, der Grad der Wärme und Kälte, die aktiven und passiven Bewegungen, die Absonderungen und Aussonderungen des Körpers, bald mehr, bald weniger eine anseuchende Diät erfordern. So muß man im Sommer mehr, als im Winter trinken; und bei einer trockenen Atmosphäre mehr, als bei feuchter Bitterung. Nach starken Bewegungen, Anstrengungen und Erhizzungen des Körpers darf man aber keine kühlende und kalte Getränke zu sich nehmen; weil die Lungen alsdann plötzlich erkältet werden, und dadurch der Grund zu Schwindsuchten gelegt wird. Zur Stillung des Durſtes dient dann ein Schluck Brandwein, oder laue wäſſrichte Getränke.

§. 70.

Das allgemeinste Getränk unserer Landleute ist Wasser. Diejenigen, welche mehr bemittelt sind,

nehmen Roggenmehl, oder auch Roggenkleien, vermischen es mit Träbern, und lassen es in Gährung übergehen. Hieraus entsteht ein säuerliches Getränk, welches sowohl die Verdauung, als auch jeden faulen Stoff in den Eingeweiden verbessert *). Es kann dieses Getränk aber, wenn es zu sauer ist, und zu häufig genossen wird, bei schwächlichen Personen auch Anlaß zu einer sauren Schärfe im Magen, und zu einer widernatürlichen Eflust geben, wodurch nicht selten Blähungen, Aufstoßen, Krämpfe, und sogar Verstopfungen in den Gefrösdrüsen entstehen. Man muß also bei solchen Zufällen von ihrem Genuß abstehen, und salzige Speisen, oder bittere Mittel, als Wermuthstropfen, oder etwas Austerschaalenpulver, oder Magnesia zur Tilgung der Säure, zu sich nehmen. Säuglingen und zarten Kindern sind die Säuren überhaupt öfterer nachtheilig, als erwachsenen Personen. Sehr schädlich ist der Gebrauch bei einigen russischen Landleuten, daß sie ihren Quas aus kupfernen Kannen trinken, weil sich in denselben, durch die Säure des Quases, Grünspan erzeugt, der ein wahres Gift für den Körper ist **).

*) Bei den Russen wird dieses Getränk Quas genannt. Ein ähnliches säuerliches Getränk ist Kißelschichi, wozu noch Weizenmehl genommen wird, das aber sehr blähend ist.

**) Auf meinen Reisen zwischen Kasan und Orenburg bemerkte ich diesen Gebrauch bei einigen wohlhabenden Landleuten. Ich fand die ganze innere Fläche der Kanne einen halben Strohhalm dick mit Grünspan belegt. Der Wirth klagte über Brustschmerzen und kam mir schwindelnd vor, wollte aber nicht glauben, daß der Grünspan daran schuld seyn könnte.

§. 71.

Der wohlhabendste Theil der Landleute trinkt Bier, das aber nicht sehr stark ist, und weder Verschleimungen noch Erhizzungen verursacht. Es be-
 kömmt ihnen sehr gut bei ihren Arbeiten und starken Aufwand von Kräften. Es vermehrt gelind den Wärmestoff des Körpers, und erfrischt dadurch ihre Lebensgeister. Wenn es halb gegohren und säuerlich ist; so erregt es bei schwachen und empfindlichen Personen leicht Blähungen, Bauchgrimmen und Durchfälle, welches aber bei den Landleuten jedoch sehr selten statt findet. Bei der Heiserkeit und geringen Erkältungen ist das gewärmte Bier mit Honig, Abends beim Schlafengehen getrunken, ein gutes Hausmittel, als eine gelind schweißtreibende und zugleich erweichende Arznei. Schädlicher ist insgemein das gewöhnliche Krugbier; weil viele beim Kochen Porsch oder wilden Rosmarin [*Ledum palustre*] hinzumischen, wodurch das Bier zwar schäumt, aber auch bald den Kopf benimmt, einen starken Rausch, und einen oft tödlichen Schlagfluß verursacht. Man muß ungesäumt in solchen Fällen die Ader öffnen, und das weiter thun, was der praktische Theil bei den Rettungsmitteln in plötzlichen Lebensgefahren anzeigt.

§. 72.

Der sogenannte Skabe-Putris, dessen ich schon bei den Speisen Erwähnung gethan habe, ist hauptsächlich im Sommer bei großer Hitze auch als Getränk zuwäglich; weil er faulnißwidrige, nährhafte, und durststillende Eigenschaften hat.

§. 73.

Ein sehr gewöhnliches, oft gemißbrauchtes Getränk bei unsern Landleuten ist der Kornbrandwein.

Dieses Getränk, wenn es nach starken Anstrengungen, nach einem ermattenden Aufwand von Kräften, bei angreifender, schwächender Witterung, bei zu großer Kälte oder Hitze, und nach blähenden oder schlecht nährenden Speisen, mäßig genossen wird, erhöht die thierische Lebenskraft, stärkt die Nerven, vermehrt den Wärmestoff, nährt, widersteht der Fäulniß, befördert die Verdauung, den Kreislauf der Säfte, und alle Ab- und Aussonderungen des Körpers. Nach starken Schweißen und Ermattungen ist daher ein Schluck Brandwein nicht nur erquickend, sondern auch durststillend, besonders wenn eine Weile darnach ein Glas Wasser getrunken wird. Ein erschlaffter Magen wird durch seine zusammenziehende Eigenschaft verbessert; und bei schlechten Nahrungsmitteln ist sein Gebrauch um so mehr anzurathen, weil er nährend und fäulnißwidrig ist. Man mag demnach theoretisiren, oder sich an die Erfahrung halten, so kann ein Stärkungsmittel der Art, nicht ohne Nachtheil für die Gesundheit, dem gemeinen Mann entzogen werden; es sey denn, daß er in ein anderes Klima übergeht, und keine nordische Witterungen und Lebensart zu ertragen hat. Unser Klima erfordert schon durchaus mehr innere Hitze, eine stärkere Reaktion und Bewegung aller circulirenden Säfte, um im Herbst und Winter Störungen vorzubeugen, und gegen manchen widrigen Eindruck der Witterung fühlloser zu seyn; so wie auch im Sommer, um den nachtheiligen Einwirkungen einer zu starken Hitze zu widerstehn. Der Brandwein ist daher im Sommer für den Landmann fast noch unentbehrlicher, als im Winter.

S. 74.

Man darf aber auch nicht vergessen, daß der Brandwein das bizzigste aller Getränke, daß er zu-

sammenziehend, austrocknend, und die Säfte verdickend ist. Sein anhaltender und ununterbrochener Gebrauch zieht den Magen zu sehr zusammen, und verhärtet seine Fasern, wenn er auch nicht unmäßig genossen wird. Er ist demnach ein Getränk, das nicht täglich und zu oft genossen werden darf, und nur für das erwachsene und spätere Alter gehört. Im 14ten Jahrhunderte, da er zuerst bekannt wurde, ward er nur als Medicin gegen ansteckende Krankheiten, insonderheit wider die Pest gebraucht. Bei Kindern und im jugendlichen Alter ist der Brandwein dem Wachsthum hinderlich, und bringt beinahe die nemlichen Wirkungen, nur im verminderten Grade hervor, die nach seinem übermäßigen Gebrauch entstehen. Es entsteht nemlich aus Ueberreizung eine indirekte Schwäche.

S. 75.

Nach dem übermäßigen Genuß des Brandweins erfolgen Seelen- und Körper-Schwächen, Entzündungen, und nach diesen gemeiniglich Wasseruchten, Melancholie, Storbur, Schlagflüsse, Lähmungen, nachdem die individuelle Beschaffenheit eines Subjects ist *). Ich habe alle diese Folgen der Trunkenheit zu beobachten Gelegenheit gehabt, die nur äußerst selten gehoben werden können. Fothergill und mehrere ansehnliche Aerzte Englands glaubten von ihren Landleuten, daß die durch den Trunk verursachte Sterblichkeit weit größer sey, als diejenige, die durch andere Krankheitsursachen veranlaßt wird.

*) Man hat sogar innere Verbrennungen beobachtet. Siehe *Essais sur les combustions humaines* par Pierre-Aimé Laroque.

Eben dieser englische Arzt beobachtete auch zuerst das auffallende Symptom bei starken Brandweintrinkern, welches fast nie trügt, daß sie ein beständiges Brennen in den Fußsohlen fühlen.

§. 76.

Es ist nicht zu läugnen, daß ein solcher Mißbrauch des Brandweins, auch bei unsern Landleuten häufig angetroffen wird, und man kann dreist behaupten, daß viele unter ihnen ihr Leben und ihre Gesundheit dadurch in die größten Gefahren stürzen. Zu viel und zu häufig getrunken benimmt er den Kopf, erhitzt, verdickt, und entmischt die Säfte; troknet den Körper aus; zieht seine Fasern zusammen, erregt verborgene Entzündungen, und führt einen langsamen auszehrenden Tod herbei; oder er verursacht einen Druck aufs Gehirn, und lähmt nicht selten dergestalt die Nerven, daß plötzlich ein Schlagfluß und gänzliche Hemmung der Lebenskraft erfolgt. Solche Wirkungen sieht man im Herbst, wenn die Landleute zu schwelgen anfangen. Eine ungesäumte Aberlasse ist dann oft das einzige Mittel zur Rettung des Lebens. Nicht selten ist der Mißbrauch des Brandweins auch die Ursache erfrorner Füße, weil der Frost weit leichter eindringt, so bald man so stark getrunken hat, daß die Nerven betäubt sind.

§. 77.

Man hat verschiedene Mittel wider den Hang zur Trunkenheit angerathen, ich habe sie aber alle unnütz anwenden gesehen, und kann daher keines dawider als wirksam empfehlen. Das beste Mittel muß immer von der Beschaffenheit seyn, daß ein solcher Trinker von dem Mißbrauch geistiger Getränke nur ganz allmählig entwöhnt wird, weil eine plötzliche

Enthaltung insgetheın sehr nachtheilıg ist. Einmal sah ich nach einer plötzlichen Entziehung des Brandweins eine Melancholie und Selbstmord, und ein anderes Mal eine fürchterliche Raserei erfolgen. Das bekannte Mittel mit Siegellak, kann bei dergleichen Trinkern ohne Schaden gebraucht werden. Man tröpfelt nemlich täglich sechs bis acht Tropfen Siegellak in das Glas des Trinkers, damit er jeden Tag so viel Tropfen weniger bekomme, und auf die Art allmählig von seiner Trunklust entwöhnt werde.

V. Von der nöthigen Ruhe und Bewegung zur Gesundheit.

Wirkungen der Bewegungen und Ruhe §. 78. — Eintheilung der Bewegungen §. 79. — Angemessene Bewegung und Ruhe §. 80. — Bewegungen der Landleute §. 81. — Uebertriebene Bewegungen §. 82. — Bewegungen in Krankheiten §. 83.

§. 78.

Die vorzüglichsten Wirkungen einer angemessenen Bewegung sind: vermehrter Kreislauf des Bluts und Entwicklung der Kräfte, Anspannung, Stärkung und Abhärtung der Fasern und Nerven, Verfeinerung und Verarbeitung der Säfte, Beförderung der Absonderungen und Ausleerungen des Körpers. Durch Ruhe lassen hingegen die Fasern und Nerven von ihrer Spannung nach, der Kreislauf wird ver-

mindert, die Kräfte vereint, die Säfte assimilirt, das Ansetzen der Theile und die Restauration des Körpers befördert. Aber nicht blos die sichtbare Ruhe der Glieder, sondern auch die Seelenruhe ist zu diesen Zwecken nothwendig, weil nichts mehr die Bewegungen der Säfte vermehrt, und den Körper auszehrt, als Gemüthsbewegungen. Zu heftige oder zu anhaltende Körperbewegungen erschöpfen gleichfalls die Kräfte, erhizzen das Blut, und konsumiren sowohl die flüssigen als festen Theile. Die Ruhe, ohne gehörige Abwechselung der Bewegung, erschläfft den Körper, und verursacht Entmischungen der Säfte. Eine ununterbrochene Ruhe ist, wie bekannt, eine wahre Tortur für den Körper, und die ungesundesten Menschen sind immer diejenigen, die eine Lebensart in einer anhaltend ruhigen Stellung führen. Ein Organ, das zu lange sich in Ruhe befindet, kann zuletzt sein Vermögen sich zu bewegen verlieren. Es entstehen daher eine Menge Krankheiten von vernachlässigten Körperbewegungen, und sowohl Ruhe als Bewegung kann nützlich oder schädlich seyn, nachdem die Art oder Dauer derselben ist. Schon der Naturtrieb lehrt uns, wie nothwendig Ruhe und Bewegung für den Körper sind, und wie sehr von ihrem verhältnißmäßigen Gebrauch, nach der individuellen Beschaffenheit des Körpers, die nöthige Stärke der Erregung, das Wohlbefinden, und die Gesundheit abhängen.

§. 79.

Oft entstehen auch vermehrte innere Bewegungen und Erhizzungen des Körpers von äußeren Ursachen, wie zum Beispiel bei einer großen Sonnenhizze. Man muß daher alle Bewegungen in aktive und passive unterscheiden. Jene entstehen durch Anstrengung

eigner Kräfte, und sind hauptsächlich den Gesunden zu empfehlen; diese sind hingegen solche, die von fremden, von äußeren Kräften, ohne eigene Anstrengung geschehen, und für Schwache und Genesende gehören. Einige Bewegungen sind auch gemischt, und können theils aktiv, theil passiv genannt werden, wie Reiten, Schaukeln, Fahren u. s. w. weil sie zwar von äußern Kräften geschehen, aber doch einige Anstrengungen der Muskeln erfordern: andere sind aber rein aktiv, wie das Gehen, Tanzen, Laufen; oder rein passiv, wie das Tragen und Reiben von einer anderen Person, oder die vermehrten inneren Bewegungen von heißer Luft, oder von warmen und schweren Bedeckungen des Körpers. Nach diesem Unterschiede ist es eine gute Maxime, wenn Genesende stufenweise von passiven zu halbaktiven, und zuletzt, nach völlig wieder erlangter Integrität des Körpers, zu reinen aktiven Bewegungen schreiten. Diejenigen Bewegungen, die in freier Luft geschehen, sind die heilsamsten unter allen. Bis zur behaglichen Ermüdung, sind sie stärkend; bis zur beschwerlichen Ermattung, schwächend für den Körper. In der gehörigen Abwechselung der Ruhe und Bewegung, besteht also auch das richtige Verhalten des Körpers.

§. 80.

Des Morgens müssen alle Bewegungen langsam anfangen, allmählig stärker werden, und allmählig gegen Abend wieder aufhören. Kurz vor dem Essen wird Ruhe erfordert. Je stärker die Nahrung ist, desto mehr Ruhe muß auch nach dem Essen erfolgen, desto länger müssen aber auch die Bewegungen darnach dauern. Bei warmer und trockener, oder warmer und zugleich feuchter Luft, sind starke Be-

wegungen nervenangreifend, besonders bei cholertischen Temperamenten, und mageren Subjekten; bei kalter und trockener, oder feuchter und kalter Luft, sind beständige Bewegungen zur Beförderung der Ausdünstung rathsam.

§. 81.

Unsere Landleute haben die meiste Zeit verhältnißmäßige Ruhe und Bewegungen des Körpers; obzwar zu den Bewegungen mehr die Nothwendigkeit, als ein natürlicher Hang sie antreibt. Die härtere Kost, die sie genießen, erzeugt einen schweren, erdigen, zähen Nahrungsaft; daher sie mehr zur Trägheit und Ruhe, als zu Bewegungen und Arbeiten geneigt sind. Sie müssen aber durchaus viel Bewegung haben, wann sie gesund seyn wollen; weil durch diese bei ihnen die zähen Säfte verarbeitet und verfeinert werden, und das Gleichgewicht der festen und flüssigen Theile unterhalten wird.

§. 82.

Werden hingegen, bei sehr warmer Witterung, zu starke Bewegungen und Arbeiten unternommen; so erfolgt Erschlaffung, nach übertriebener Anstrengung, und das Blut wird alsdann erhitzt, es entsteht Schlaflosigkeit, deren Folgen Nervenschwäche, Konsumption der festen und flüssigen Theile, schleichende nervöse, auszehrende Fieber, oder andere langwierige Körperübel sind. Die Wiederkehr der nöthigen Ruhe und des Schlafs, sind dann auch die ersten Bedingungen zur Genesung. Daß nach starken Bewegungen und aktiven Erhitzungen des Körpers keine kalten Getränke genossen werden dürfen, haben wir schon im §. 69. erinnert.

§. 83.

Wie sehr nützlich aber angemessene tägliche Bewegungen, besonders in freier Luft, sind, hat man noch mehr in Krankheiten erfahren. Medicus heilte eine unheilbar ausgegebene fallende Sucht durch sie, Thomas Schwente eine Lähmung, und Josua von Iperin zwei Frauenzimmer, die mit einer periodischen Stummheit behaftet waren. Sydenham heilte durch sie eine Gallenkolik, und fand sie sogar in der Auszehrung, im Podagra, so wie in hysterischen und hypochondrischen Beschwerden, und in allen langwierigen Krankheiten wirksam. Auch ich sah einen verzärtelten Knaben, der acht Jahre hindurch täglich einige mal die Epilepsie hatte, durch Abhärtung und beständige Bewegungen in freier Luft bei jedem Winde und Wetter völlig von diesem schrecklichen Uebel geheilt. In allen Fiebern wird die Hitze ungemein dadurch vermindert, wenn die Kranken täglich auch nur einige Schritte mit Unterstützung und fremder Hülfe aus dem Bette machen.

VI. Von der Anwendung der warmen und kalten Bäder zur Gesundheit.

Die heißen Dunstbäder gehören zu den passiven Bewegungen §. 84. — Beschreibung der Dunstbäder §. 85. — Gebrauch der Badstuben §. 86. — Erklärung, warum das Springen aus der heißen Badstube ins kalte Wasser von keinen nachtheiligen Folgen ist — Reiben mit Schnee §. 87. — Kurarten in den Dunstbädern §. 88. — Bemerkungen über die heißen Dunstbäder §. 89. — Ueber

die lauwarmen Bannenbäder — über die Wärme §. 90. — Wirkungen der Dunstbäder im Bade §. 91. — Veränderungen nach dem Bade §. 92. — Resultate für ihre Anwendung bei den Landleuten §. 93. — Bestimmung der Fälle, in denen sie schädlich sind §. 94; 95. — Das kalte Sturzbad — sein Nutzen und Schaden §. 96. — Bedingungen, wenn die kalten Sturzbäder stärken sollen — Eigenschaften der Kälte §. 97.

§ 84.

Zu den Bewegungen, und zwar zu den passiven und behaglichsten unserer Landleute, kann man ihre heißen Dunstbäder rechnen. Ich nenne sie heiß; weil ihre Hitze die natürliche Blutwärme übersteigt, und wenigstens 110 bis 112 Fahrenheitische Grade beträgt. Obzwar sie von den bekannten Männern, Wilde, Fischer, Sanchos und Martin schon beschrieben sind; so werd' ich hier doch eine kurze Darstellung von ihnen geben, und ihren Gebrauch und Mißbrauch genauer bestimmen.

§. 85.

Es ist eine uralte Gewohnheit bei den Landleuten, daß fast jeder Wirth seine Badstube hat. Man muß sich unter dieser Benennung ein kleines niedriges Holzgebäude von einem Stübchen denken, das ohngefähr 3 bis 4 Faden im Quadrat, und acht bis zehn Fuß hoch, ohne das Dach, beträgt. In dieser Hütte findet man einen breiten niedrigen Ofen aus Lehm und Ziegelfsteinen, dessen obere Fläche ausgehöhlt, und mit einigen Reihen oder kleinen Haufen Feldsteinen belegt ist. Die vordere Seite des Ofens hat eine Oeffnung im Zimmer, die, bei dem Heizen, zugemacht wird; im hintern Theil ist diejenige Oeffnung,

durch welche der Rauch hinausgeht. An der vollen Wand des Stübchens sieht man zwei bis drei bretterne Bänke angebracht, die stufenweise eine über der andern stehen, und Palle genannt werden. Die beiden unteren Bänke sind schmal, weil sie zum Sitzen dienen, die oberste hingegen breit, weil sie zum Liegen gebraucht wird.

§. 86.

Solcher Badstuben pflegen sie sich in jedem Alter, alle Sonnabend, auch wohl zweimal in der Woche zu bedienen. Sie heizen sie einige Stunden vorher so stark, daß die Feldsteine beinahe glühend werden. So bald die Flamme verloschen ist, machen sie die hintere Oeffnung zu, damit die Hitze nicht heraus gehe; die vordere Oeffnung wird aber nun aufgemacht. Nachdem der Rauch sich verzogen, geht der Badlustige nackt hinein, und setzt sich, wenn er sich blos waschen will, auf eine von den unteren Bänken, will er aber schwitzen, welches insgemein beabsichtigt wird; so legt er sich auf die oberste Bank, um eine heißere Luftlage zu haben. Zuvor, noch ehe er ins Bad geht, und während des Badens, wird kaltes Wasser auf die glühenden Feldsteine gegossen, welches schnell in einen heißen Dunst übergeht, und das ganze Zimmer anfüllt. Während diesen Verrichtungen wird der Badende nach einer Weile, nachdem der Körper schon viel Wasserdunst in sich gezogen, mit einem Bund frischer oder getrockneter zarter Birkenreiser, an denen noch die Blätter hängen, welche vorher im Wasser erweicht und eingeseift sind, gelinde über den ganzen Körper von einem Gehülfen beträufelt, gerieben, und auch zuweilen dabei gelinde geschlagen, welches nicht nur ein besonderes behagliches Gefühl erregt; sondern auch die Haut und

die Schweißlöcher gut reinigt, und über die ganze Oberfläche des Körpers Röthe und Schweiß hervor bringt. Wenn sie diese Operation nun eine viertel oder halbe Stunde getrieben haben, so steigen sie herunter, waschen sich alle Unreinigkeiten ab, und suchen dem durchs warme Baden etwas erschlafften Körper durch Begießen mit kaltem Wasser seinen Ton wieder zu geben. Sobald dies geschehen ist, ziehen sie reine Wäsche an, und ruhen sich in ihren Zimmern etwas aus. Nach einer Weile pflegen sie ein Glas Brandwein, oder gemeines Bier, oder Wasser zur Labung zu trinken.

§. 87.

Manchmal springen sie auch aus der heißen Badstube in kaltes Wasser, oder reiben sich mit Schnee im Winter; sie gehen aber jedesmal darnach wieder in die heiße Badstube, wodurch die schädlichen Folgen von der plötzlichen Unterdrückung der Ausdünstung sogleich wieder gehoben werden. Man muß überhaupt hier den Unterschied bemerken, daß der Körper bloß passiv erhitzt ist, das ist, bloß durch äußerliche Hitze oder durch fremde Kraft. Weit bedenklicher wäre es, wenn er aktiv erhitzt wäre, das heißt, durch eigene Bewegung, und innere Kraftanstrengung. Im letzten Zustande schadet jede schleunige Veränderung der Wärme und Kälte, im ersteren aber nicht *). Daher nach starken anstren-

*) Hierzu kommt noch, daß unsere Landleute sich im kalten Wasser, und durch Reiben mit Schnee stark bewegen, wodurch keine geringe Reaktion wider die Einwirkung der Kälte erregt wird, und daß sie immer nach der Abkühlung wieder in die Badstube gehen,

genden Bewegungen des Körpers ein kalter Trunk-
lungen suchten nach sich zieht; bei einer großen Stu-
ben- oder Sonnenhitze aber, oder bei einer Hitze
von schweren Bedeckungen des Körpers, ohne ei-
gene Bewegung, ohne aktive Erhizzung, ein
kalter Trunk sogar mit Eis ganz ohne allen Schaden
genossen wird *). So verhält es sich auch hier mit
der Abwechselung der äußeren Wärme und Kälte;
nur darf dabei keine Zugluft hinzukommen.

§. 88.

Diese heißen Dunstbäder werden nicht blos zur
Reinigung der Haut; sondern auch fast in allen
Krankheiten gebraucht. Die alten Weiber geben sich
ausschließend bei ihnen mit Kuriren ab, mithin ist
auch das Baden und Quästen ihre Sache. Jede Kur
wird mit abergläubischen Gaukeleien und Sprüchen
verrichtet, und den Anfang pflegt fast immer das
Baden zu machen. Sie bedienen sich dann auch,
insonderheit bei kleinen Kindern, der Bannenbäder,
und mischen verschiedene Kräuter zu dem Badewasser,
die sie aber sehr geheim halten, oder sie manipuliren,
welches sie in ihrer Sprache weit schicklicher abstrei-
chen nennen; oder sie reiben die Glieder, besonders
in Wassersuchten und Gliederreißen, mit Nettijsaft
und erweichenden Fetten und Oelen; oder sie sezen

und nachher gemeiniglich Brandwein oder irgend ein
warmes Getränk zu sich nehmen, wodurch die Tendenz
der Säfte nach der Haut wieder hergestellt wird.

*) Uebrigens will ich diesen Gebrauch damit gar nicht
empfehlen; denn die passiven Erhizzungen sind selten
rein passiv; es sind daher dergleichen Abkühlungen im-
mer mit Vorsicht anzuwenden.

Töpfe, auf die Art, wie trockene Schröpfköpfe auf den Unterleib, welches insgesamt in vielen Fällen auch gar nicht zu tadeln ist.

§. 89.

Um die Wirkungen der heißen Dunsfbäder zu bestimmen, werde ich nicht so sehr nach einer schulgerechten Methode die Eigenschaften des Wassers, der Hitze und des badenden Körpers anführen; sondern vielmehr die Thatfachen und allgemein wahrnehmbaren Veränderungen des Körpers anzeigen, die während und nach dem Bade statt finden. Mit diesen werde ich die gewöhnlichen Lehresätze vergleichen, und das Resultat für die Anwendung daraus ziehen.

Man übereilt sich sonst zu leicht mit seinen Schlüssen, und hält das für wahr, von dem die Erfahrung nichts zeigt. Man vergißt, daß im lebenden Menschen viele Dinge unerklärbar sind, und auch solche, die sich nicht mit allen Sätzen der Physik zusammenreimen.

§. 90.

So glaubte man lange, vielleicht aus Mißbrauch der lauwarmen Bannenbäder, der ehemals bei älteren Völkerschaften statt fand, daß sie ausschließend erhitzend und nervenschwächend wären, bis endlich einige Aerzte durch Versuche und Wahrnehmungen zeigten, daß der Puls bei Nervenkranken im warmen Wasser langsamer schlage, und daß sie sich weder erhitzend, noch nervenschwächend, sondern nervenstärkend beweisen. Die Wärme schadet überhaupt nur in der Vollblütigkeit, in rheumatischen Krankheiten, in einem sehr erschlafften Zustande, in einer zu starken Auflösung der Säfte, und im gesunden

diätetischen Verhalten, weil sie den Körper für unser Klima zu empfindlich macht. Sie dient aber zur gehörigen Stärke der Erregung, zur Beförderung der Ausdünstung, zur Besänftigung einer örtlichen Reizbarkeit von schwächenden Eindrücken, zur Reizung der Lebensschwäche, zum Erschlaffen, und um Störungen zu lösen. Ganz von diesen Wirkungen verschieden wirkt aber die Hitze als Reizmittel auf uns, wie wir schon beim Einfluß des Sommers angeführt haben.

§. 91.

Die heißen Dunstbäder unserer Landleute sind von einigen Aerzten zu sehr gelobt, von andern wieder zu sehr getadelt worden; es ist demnach nicht überflüssig, ihre Wirkungen genauer zu prüfen. Während des Badens werden folgende Veränderungen im Körper wahrgenommen:

1. Das Athemholen und der Pulsschlag werden vermehrt. Man bemerkt, daß der Puls, der 70 bis 75 Schläge in einer Minute thut, wohl 115 bis 130 Mal im Dunstbade schlägt. Eine solche vermehrte Bewegung der Säfte muß eben so wie ein Fieber Störungen heben, und sie zur Ausführung aus dem Körper geschikt machen. Und in der That werden bei unseren Landleuten, selbst bei dem Mißbrauch des Brandweins auffallend wenig Verschleimungen und Störungen der Säfte angetroffen. Gewiß würde man öfterer von Schleimfiebern, Seitenstechen, Lungenuchten, Husten, frankten Brüsten und schweren Zahnen der Kinder hören, wenn nicht die wöchentlichen Bäder diesen Uebeln zuvorkämen, und jede Störung gleich An-

fangs durch die vermehrten Bewegungen der Säfte, die sie erregen, auswurzelten. Daher haben sie sich auch in Skropheln und kalten Geschwülsten nützlich bewiesen. Martens sah sogar Pestbeulen im Anfange durch sie wieder vergehn, wenn sie frühzeitig genug gebraucht wurden; wie viel leichter müssen sie demnach andere Stoffe, die weniger feststehend sind, aus dem Körper treiben können.

2. Die Feuchtigkeiten des Dunstes legen sich an die Haut, so wie auch an die Wände des Zimmers an, und fließen in kurzer Zeit in Tropfen ab. Bald darnach werden die Nägel und Schwielen des Körpers weniger hart bemerkt. Aus dieser zweiten sichtlichen Wirkung ergiebt sich, daß sie nicht nur auflösend, sondern auch anfeuchtend und erweichend sind. Da zudem der Wasserdunst weit verdünnter als Wasser ist; so dringt das Wasser auch leichter in den Körper ein, wird stärker eingesogen, ohne wie bei einem Bannenbad einen Druck auf den Körper zu machen, oder einen so starken Reiz, wie eine trockene, heiße Luft auf die Haut zu erregen. Man hat daher auch in Steifigkeit der Gelenke, in Contrakturen, Verhärtungen, und in Hautkrämpfen viel Gutes von ihnen erfahren. Aus dieser Ursache wissen wir auch nichts bei unseren Bauer-Kindern, wie in andern Ländern, von Verhärtungen der Zellhaut, obzwar ihre Lebensart und Rauchluft sie übrigens zu diesem Uebel disponiren mußte.

Ein italienischer Arzt, Curzio, in Neapel, erfuhr die auflösende, anfeuchtende und erweichende Wirkung der Dampfbäder bei einem

Frauenzimmer, die eine äußerst harte und dünne Haut hatte; bei der warme Bannenbäder, ihres Drucks wegen, nicht anwendbar waren.

3. Es entsteht Schweiß, Röthe und eine fast unmerkliche Geschwulst der Oberfläche des Körpers. Viele halten sie für äußerst schweißtreibend, und deswegen auch für sehr entkräftend, jedoch gilt dies nur bei erschlafften Körpern, und viele Tropfen, die vom Wasserdunst herrühren, sind vielleicht für Schweißtropfen gehalten worden. Eine trockene, heiße Luft ist weit schweißtreibender; hier wird der Schweiß mehr durch das Athemholen, und durch das Reiben hervor gebracht, obgleich freilich die Hitze die Hauptsache ausmacht. Durch eben dieses Reiben erfolgt auch hauptsächlich die Röthe der ganzen Oberfläche des Körpers. Indem dadurch die Stokkungen der Säfte zugleich beweglich gemacht werden, so reinigt es die Haut, und erweitert alle ausdünstende und einsaugende Gefäße. Daher der Körper wie etwas angeschwollen erscheint. Von diesen Eigenschaften leiten sich ihre wohlthätigen Wirkungen in rheumatischen und gichtischen Krankheiten her. Der berühmte schwedische Naturforscher Sparmann, hat sich der Dunstbäder mit vielem Nutzen, sogar im Podagra, auf dem Vorgebirge der guten Hoffnung bedient.

4. Es schmeichelt den Nerven, und erregt ein sonderbares Wohlbehagen. Diese Empfindungen entstehen in der Folge, theils durch Erweichung der steifen und gespannten Muskelfasern, theils durch Verdünnung aller Zähigkeit der

Säfte, und Lösung der Stöckungen im Körper; theils durch den harzigen Duft, durch das Waschen, Tröpfeln, Streichen und Reiben mit den Birkenblättern, wodurch die Fasern gereizt, die Säfte nach der Oberfläche des Körpers geleitet, die gelösten Stöckungen gleichmäßig vertheilt, und das Gleichgewicht der flüssigen und festen Theile hergestellt werden. Die Bauern verweilen diesermwegen oft zu lange in der Badstube, wornach natürlich Ermattung erfolgen muß.

§. 92.

Nach dem Bade werden folgende Veränderungen bemerkt:

1. Ein geschärftes Gefühl der Oberfläche des Körpers mit Wohlbehagen. Dies ist Folge der Reinigung, beweist aber zugleich, daß die Ausdünstung vermehrt wird; weil allemal sie sich dort verstärkt, wo das Gefühl am schärfsten ist.
2. Reinere Stimme, Weichheit der festen Theile, blühendere Farbe der Haut. Diese Erscheinungen bestätigen die Wirkungen, die in §. 91. in der zweiten Nummer angezeigt sind.

§. 93.

Nach der nun angeführten Wirkungsart der Dunstbäder, läßt sich leicht ihre Anwendung bestimmen. Sie sind unsern Landleuten zum diätetischen Gebrauch unentbehrlich.

1. Wegen Unreinlichkeit ihrer Lebensart.

2. Wegen der harten und gespannten Fibern, eingeräucherten Haut, und zähen, schleimigten Säfte des Körpers.
3. Weil bei ihnen oft die Ausdünstung gehemmt wird, und schädliche Partikeln, faule Dünste bei ihren engen Wohnungen, katarrhalische Stoffe bei neblichter Witterung, Thau und Regen eingesogen werden, woher die meisten Krankheiten entstehen, aber durch die Dunstbäder oft verhütet werden.

§. 94.

Schädlich können sie hauptsächlich in drei Fällen werden. Erstlich: wenn die festen Theile zu schwach und reizbar sind; daher sie zarten Kindern, wie der Leibarzt Fischer anführet, manchmal Konvulsionen erregen. Zweitens, bei einer Hypersthénie, wenn eine große Vollblütigkeit, oder Entzündung, oder ein starkes Aufbrausen der Säfte oder Kongestionen nach sehr edlen Theilen zugegen sind. So kann ein heißes Dunstbad bei betrunkenen Leuten den Zuschuß des Bluts nach dem Kopf vermehren, und Betäubung, Schwindel, und Schlagflüsse verursachen. Drittens: bei einer starken Auflösung der Säfte, und vielen gastrischen Unreinigkeiten, die durch den Darmkanal oder durch die Brechmittel ausgeleert werden mußten. Von einer solchen Beschaffenheit sind die Säfte bei allen gastrischen, galligten und faulartigen Fiebern. Die Dunstbäder schaden hier, weil sie schweißtreibend sind, die Säfte nach der Oberfläche des Körpers leiten, und Friesel und Flecken hervorbringen.

§. 95.

Ein sehr heißes Bad ist aber immer bedenklich, hauptsächlich wenn zu wenig Wasserdunst gemacht

wird. Es überreizt und feuchtet den Körper zu wenig an. Auch kann der zu lange und häufige Gebrauch des Dunstbades eine zu starke Auflösung der Säfte und Entkräftung zuziehen, wodurch der Körper zur Ausnahme jeder Schärfe und Ansteckung dann empfänglicher gemacht wird. Es kann bei der Krätze und andern Ausschlägen mäßig und vorsichtig gebraucht die Haut reinigen, und die Kur erleichtern; aber auch zu oft und unvorsichtig gebraucht, die Krankheit allgemeiner und hartnäckiger machen. Wann hingegen einige Schriftsteller ihren diätetischen Gebrauch tadelten, so geschah' es vielleicht aus der bei vielen angenommenen Meinung, daß warme und heiße Bäder in allen Fällen schwächen; oder daher, daß man zu wenig Rücksicht auf das Wesentlichste des Bades, nemlich auf den Wasserdunst, nahm, und die Gewohnheit, Lebensart, die äußere und innere Konstitution der Landleute dabei nicht in Erwägung zog. Der örtliche Gebrauch eines Qualmbades, oder der sogenannten warmen Bähungen sind in vielen Uebeln einzelner Organe heilsam. Man kann zu diesem Behuf den Qualm vom heißen Wasser, das man nach Beschaffenheit der Umstände mit erweichenden, krampfstillenden oder auflösenden Kräutern abkocht, mittelst eines Trichters an den kranken Theil gehen lassen. Auf diese Art angewendet, ist es besonders in rheumatischen und katarrhalischen Zufällen, in Ohrenschmerzen, trockenem Schnupfen, in Steifigkeit der Glieder, Engbrüstigkeit, Luströhrenentzündung und Zertheilung angeschwollener Drüsen dienlich. Die lauwarmen Bannenbäder sind besonders für schwächliche, trockene und magere Körper, bei einer großen Beweglichkeit der Nerven, anfeuchtend, schmerzstillend und nervenstärkend. In allen Krämpfen asthenischer Art, sind warme Bäder ohn-

gefähr mit dem neunten Theil Lauge vermischt, ein sehr wirksames Heilmittel, wenn nemlich gleich nach dem Bade Einreibungen mit Mohnsaft gemacht werden, und so abwechselnd fortgefahen wird. Wir haben diese Heilart dem Doktor Stüz zu verdanken, die sogar wider den sogenannten Todtenkrampf mit glücklichem Erfolg angewendet wird.

§. 96.

Das Sturzbad, oder das kalte Baden in Glüssen, ist im eigentlichen Sinn nicht stärkend, hauptsächlich aber wegen seiner zusammenziehenden, zertheilenden, erfrischenden, anfeuchtenden und nervenschütternden Wirkung, die es im Körper hervorbringt, anzurathen. Eben dieser Eigenschaften wegen sind die kalten Bäder aber alten Leuten meistens nachtheilig. Bei einer starken Rigidität der Fasern, zu großer Zähigkeit der Säfte und verdorbenen Eingeweiden, besonders bei schwachen Lungen und Neigung zum Blutspeien, bei Schärfen, die von innen nach außen wollen, oder bei periodischen Blutflüssen, wie kurz vor oder gleich nach den Menses, müssen sie überhaupt nicht gebraucht werden; weil sie die Tendenz dieser Bewegungen plötzlich unterdrücken, die Hautgefäße verengern, und den Kreislauf der Säfte in den äußern Theilen unterbrechen *). Die beste Tageszeit ist immer die Morgenstunde, weil der Kör-

*) Ich glaube, daß die jetzt häufig vorkommende fallende Sucht der Kinder, nicht selten einem solchen Mißbrauch der kalten Bäder zuzuschreiben sey; denn man wird sehr oft bei Kindern zur Zeit des Zahnens Hautschärfen gewahr, wenn sie nicht kalt gebadet werden. Schon Linnée ist der Meinung, daß in zwei schwedi-

per dann nicht durch Bewegungen erhitzt ist, und sie bei aktiven Erhitzungen sehr gefährlich sind. Auch muß immer zuerst der Kopf naß gemacht werden, um einen Zuschuß der Säfte nach dem Kopf, und Neigung zu Krämpfen und Schlagflüssen zu verhindern.

§. 97.

Man muß sich, wenn das kalte Bad erfrischend seyn soll, darin, so bald man einsteigt, fleißig bewegen, und nur einige Minuten im Bade sich aufhalten. Es kommt hier freilich viel auf Gewohnheit an, doch muß man nie den zweiten Frost abwarten. Man muß überhaupt, wenn man an die Kälte nicht gewöhnt ist, nur allmählig mit dem Grad der Kälte steigen, und besonders Kinder, zarte Säuglinge, erst lauwarme, und hernach immer kältere Bäder gebrauchen lassen. Erwachsene, die empfindlich sind, thun wohl, wenn sie, ehe sie ein kaltes Bad gebrauchen, sich vorher den Körper einigemal mit kaltem Wasser waschen, oder das Wasser vorher durch ein Sieb auf den Körper fallen lassen, besonders wenn der Trieb des Bluts nach dem Kopf sehr stark ist. Eine allgemeine Regel ist auch die, daß man sein eignes Gefühl nach dem Bade beobachte. Wer nach demselben eine angenehme Wärme des ganzen Körpers und eine gewisse Leichtigkeit empfindet, der wird kräftvoller darnach: wer aber Frost und Unbehaglichkeit nachher spürt, der wird nicht gestärkt durch sie werden. Die

schen Provinzen diese Krankheit deswegen so häufig herrsche, weil die Landleute dort die ausgeschlagenen Köpfe der Kinder mit kaltem Wasser waschen, und gewiß werden die kalten Bäder von vielen praktischen Aerzten zu unbedingt empfohlen.

Kälte ist unserem Körper nicht natürlich, und blos ihre zusammenziehende und zertheilende Eigenschaft ist bei Erschlaffungen und örtlichen Anhäufungen der Säfte anwendbar. Aber auch selbst in einem solchen Zustande darf sie nicht zu lange angewandt werden, weil sie leicht, wie wir schon bei dem Einfluß des Winters, erwähnten, eine Steifigkeit der Muskelfibern und Unthätigkeit der Organe zurückläßt. Sie dient hauptsächlich zur Abhärtung bei einer fränklichen Empfindlichkeit der Nerven. Vortlich wird das kalte Wasser auf einzelne Theile, als ein Bad, eben so häufig, als allgemein, oder auf den ganzen Körper angewendet. Besonders dienen Umschläge mit kaltem Wasser wider Quetschungen, Entzündungen und Verbrennungen, wider starke Anhäufungen der Säfte nach dem Kopf, in Kontusionen, im Sonnenstich, Schwindel, Schlagfluß, Zobsucht, Kopfschmerzen, Entzündungen und Erschütterungen des Gehirns, im Nasenbluten, Blutspeien, Mutterblutflüssen, eingeklemmten Brüchen und in der Windsucht. Bei einer starken Neigung zu Katarrhen, nächtlichen Pollutionen und weißem Fluß hilft das öftere Waschen der leidenden Theile mit kaltem Wasser, nur muß man mit dem Grad der Kälte eben so, wie bei dem allgemeinen Bad, immer stufenweise steigen, wenn man nicht daran gewöhnt ist. Zur Heilung erfrorner Theile ist kaltes Wasser, um sie allmählig aufzuthauen, nützlich. Das Besprengen mit kaltem Wasser ist in Ohnmachten heilsam. So hat auch das Tropfbad, oder wenn man kaltes Wasser vermittlest eines Theekessels in einer beträchtlichen Höhe tropfenweise, oder auch etwas stärker fallen läßt, eine stark erschütternde und zertheilende Kraft, und sich in Ohnmachten, schwarzem Staar, Steifigkeit der Gelenke und Scheintod der Neugebohrnen

wirksam erwiesen. Das Begießen mit Wasser aus einem Theekessel hat Hangarich im tollen Hundsbiß sogar empfohlen, um das Gift dadurch auszuwaschen. Es muß dieses Begießen aber stundenlang fortgesetzt werden.

VII. Von dem Schlafen und Wachen zur Beförderung der Gesundheit.

Wirkungen des Schlafens und Wachens §. 98. — Nachtheile des zu langen Schlafens — der Schlaflosigkeit §. 99. — Mittel wider Schlaflosigkeit §. 100. — Nöthige Schlafzeit §. 101. — Nachtheile unordentlicher Schlafzeiten §. 102. — Nachtheile verschiedener Schlafstellen §. 103. — Nachtheile des Wachens §. 104.

§. 98.

Das Schlafen und Wachen gehört eben so, wie Ruhe und Bewegung, zu unseren Naturbedürfnissen; beides kann aber durch Mißbrauch die Gesundheit untergraben. Die inneren Bewegungen verschiedener Organe werden nicht nur durch die täglichen Muskelbewegungen, sondern auch durch die Reizze der Sinne und des Geistes, den Tag über in einem hohen Grade vermehrt; sie erfordern daher von Zeit zu Zeit auch wieder eine gewisse Verminderung der Reizze, die nur durch den Schlaf erlangt werden kann. Die natürliche Nachtruhe nährt und stärkt, nach den Anstrengungen des Tages, das Nervensystem, die Sinne und alle Fibern des Körpers.

Verschiedene Organe ruhen alsdann, aber die Lebensverrichtungen, als: das Athemholen und der Kreislauf der Säfte, und die sogenannten natürlichen Funktionen, als: die Verdauung, Bewegung der Gedärme, Absonderung der Säfte, Ernährung, Ausdünstung und Einsaugung verhalten sich fortwährend thätig dabei. Diese Verrichtungen gehen jetzt regulärer vor sich, als bei den Bewegungen des Körpers; wodurch auch eine geringere Reibung der Theile, und eine leichtere Ansezzung und Restauration der Bestandpartikeln bewirkt werden. Bei einem solchen natürlichen Schlaf erwacht der gesunde Mensch mit einem Trieb zum Gähnen und die Glieder zu recken, um durch ersteres den langsamen Lauf des Bluts zu verstärken, durch letzteres die Einwirkung der Nerven in die Muskeln zu begünstigen, und diese mit den Beuge-Muskeln ins Gleichgewicht zu bringen. Der gesunde Mensch ist früh allezeit größer als des Abends, und fühlt sich des Morgens, nach einem erquickenden Schlaf, geschickter allen seinen Bestimmungen zu entsprechen.

§. 99.

Der Schlaf ist aber nur nach Verhältniß der übrigen Einwirkungen der Reizze, ein Erhaltungs- und Stärkungs-Mittel des Lebens. Zu langes Schlafen erschlaft alle Organe, macht Anhäufungen, Verdickungen, Stokkungen, und Verderbniß der Säfte. Zuweilen entsteht daraus eine allgemeine Geschwulst des Körpers, indem die Einsaugung vermehrt wird, und der Körper, unter den gewöhnlichen Bedeckungen, seine eigene Ausdünstung einzieht. Zu wenig Schlaf schwächt den Geist und den Körper, verkürzt die Lebensdauer, indem es die Nerven und die Lebenskraft angreift, und daher manchmal ganz-

lich das Temperament umändert. Anhaltendes Wachen kann sogar Wahnsinn, Auszehrungen und Lungenfuchten zur Folge haben.

§. 100.

Man muß die Ursache einer solchen Schlaflosigkeit zu erforschen suchen, die eben so wohl von Schwäche, als auch von zu großer Stärke und Vollblütigkeit entstehen kann. Vollblütige Personen müssen alsdann ihren Körper weniger nähren, und einen stärkern Aufwand von Kräften machen. Jedoch ist Vollblütigkeit höchst selten die Ursache einer Schlaflosigkeit. Am häufigsten entsteht sie von irgend einem unangenehmen oder angenehmen starken Eindruck, von Gemüthsbewegungen, Wallungen oder Indigestionen. Gemüthsbewegungen erfordern ihre, die ihnen eigenen [§. 128.], angemessenen Mittel; Wallungen säuerliche Getränke, Enthaltung des Abendessens, und aller hizzigen Getränke; Indigestionen stärkende und gelind abführende Digestivpulver, aus gleichen Theilen Magnesie, oder vitriolisirtem Weinstein und Rhabarber, oder aus dem Gelben der unreifen Pomeranzen bereitet. Häufiges angemessenes Getränk, lauwarme Bäder, schleimigte und mehligte Speisen, Vermeidung starker Bewegungen kurz vor dem Schlafengehn, eine angenehme erquickende Luft, dunkle Zimmer, Stille, oder gewisse Modulationen von Winden, von dem Murmeln eines Bachs, Abwesenheit interessanter Vorstellungen, Gefühl der befriedigten Sinne, Erzählungen, Vorlesungen und alle lang gewohnte Eindrücke pflegen auch leicht den Schlaf herbei zu locken. In Krankheiten ist oft Schwäche und Mangel an Wärmestoff die Ursache der Schlaflosigkeit, in welchem Fall stärkende, erwärmende Arzneien, äußere Erwärmungen, Frottiren, und

das Waschen mit warmen Brandwein den Schlaf befördern.

§. 101.

Ein erwachsener Mensch muß innerhalb 24 Stunden nur 6 bis 8 Stunden schlafen; sehr phlegmatische, corpulente Personen müssen nur 5 bis 6 Stunden schlafen. Kinder und Greise haben aber 8 bis 9 Stunden zur Erholung ihrer Kräfte nöthig. Schwache und genesende Personen können ohne Schaden noch länger schlafen; weil sich der Schlaf nach Verlust der Kräfte richtet. Nichts ruiniert den Körper mehr, als eine erzwungene Wachsamkeit. Der gesündeste Schlaf ist in den Nachtstunden, insonderheit der, welcher 2 Stunden vor Mitternacht herrscht. Der Mittagsschlaf ist der arbeitenden Menschenklasse und trockenen, sehr magern, hizzigen Personen, Kindern und alten Leuten; nicht aber der verfeinerten Menschengattung bei geringen Anstrengungen anzurathen. Das Liegen auf der rechten Seite ist die schicklichste Lage für den Körper; bei einer langsamen Verdauung hingegen, auf der linken Seite.

§. 102.

Bei unseren Landleuten findet man mehr eine zu starke Neigung, als Mangel an Schlaf. Es geschieht dennoch, daß sie zu manchen Zeiten zu viel, zu andern wieder zu wenig schlafen. Im Herbst kriegen sie fast immer zu wenig zu schlafen, weil bis 3-4 Uhr des Morgens gedroschen wird, und um 6 oder 7 Uhr die übrige Arbeit angeht *). Daraus entsteht

*) Die neuerfundene Dreschmaschine der Engländer, die auch bei uns auf verschiedenen Landgütern schon eingeführt ist, läßt hoffen, daß diese Anstrengungen um

eine gewaltige Entnervung, die, früh oder spät, immer von sehr nachtheiligen Folgen für die Gesundheit ist. Die älteren Leute und die Kinder unter den Landleuten, die nicht diese Arbeit verrichten, führen ihre reguläre Lebensart. Die arbeitende Klasse sucht den Schlaf nach Beendigung ihrer Arbeiten einzuholen. Sie pflegen dann länger zu schlafen, welches aber Weisheit des Körpers und Verminderung der Kräfte nach sich zieht. Ich glaube, daß hauptsächlich dadurch ihre Kräfte weit geringer, als die der deutschen Bauern sind; obzwar sie nach dem Klima eigentlich stärker seyn müßten, welches ihre Nachbarn, die Russen, beweisen.

§. 103.

In ihren Häusern lieben unsere Landleute im Winter warme Schlafstellen, und nach erlittener Kälte oder Nässe schlafen sie am liebsten auf dem warmen Ofen. Bei ihrer Lebensart, Dürstigkeit und Gewohnheiten ist diese Maxime natürlich, obzwar sie anderen Menschenklassen nicht anzupreisen wäre. In katarrhalischen Zufällen sind aber warme Schlafstellen gänzlich zu vermeiden; weil sie gemeinlich das Fieber vermehren. Im Sommer liegen sie mehr auf dem freien Felde, auf der bloßen Erde, an einem Feuer, mit ihren Kleidern zugebedt. Eine solche Schlafstelle wird freilich durch das angebrachte Feuer sehr verbessert; sie ist aber demohingeachtet nachtheilig, aus Ursachen, die schon in dem zweiten

einen hohen Grad künftig erleichtert seyn werden. Der Landmann in Kurland ist vielleicht daher stärker und nervöser, als der unsrige; weil daselbst mit Pferden gedroschen wird.

Abschnitt von der Atmosphäre, im §. 31. angezeigt sind.

§. 104.

Das Wachen, bei dem zugleich noch ein starker Aufwand von Kräften, wie bei den schweren Arbeiten der Landleute statt findet, muß von sehr schlimmen Folgen für sie seyn, weil es sowohl die Lebenskraft angreift, als auch der Verdauung und der Ernährung des Körpers hinderlich ist. Selbst die besten eingenommenen Speisen müssen zu der Zeit mehr in Verderbniß ausarten, als einen milden Nahrungssaft geben. Diese und andere Umstände, welche schon im §. 37. und im 4ten Abschnitt angeführt sind, geben im Herbst die Entstehung der bössartigsten und nervösesten Krankheiten unter ihnen. Ein gehöriger Genuß des Brandweins, und lauwarme Bannenbäder, mit gekochten Eichen- oder Weidenrindenpulver, sind bei einer solchen unvermeidlichen Lebensart, dann die besten nervenstärkenden Mittel für unsere Landleute.

VIII. Von den nöthigen Absonderungen und Aussonderungen des Körpers.

Wichtigkeit dieser Naturbedürfnisse §. 105. — Nutzen der beständigen unmerklichen Ausdünstung §. 106. — Die heiljamste Ausdünstung — ihre Menge — Ersatz durch die einsaugenden Gefäße §. 107. — Hindernisse der Ausdünstung §. 108. — Mittel wider die unterdrückte — wider die zu starke Ausdünstung §. 109. — der Veischlaf — Folgen der Unmäßigkeit des Veischlafs §. 110; 111. — Gegenmittel §. 112. — Die täglichen Ausleerungen — Mittel gegen ihre Unordnungen §. 113; 115. — Die Menfes — Einfluß in weiblichen Krankheiten §. 116.

§. 105.

Der Körper ist aus solchen Theilen zusammengesetzt, die nach den Gesezen seiner Organisation, durch innere und äußere Reizze sich beständig abnutzen, zerreiben, verderben und vergehen, an deren Stelle sich dann wieder andere, durch die einsaugenden Gefäße, durch die einnehmenden Nahrungsmittel bilden und ansetzen, so lange noch Lebenskraft in ihm ist. Es ist mithin nochwendig, daß er nicht nur genährt, sondern daß auch die nährenden Theile zu ihren Zwecken abgesondert, und die überflüssigen, schädlichen und verdorbenen Partikeln, zu rechter Zeit ausgeworfen werden. Leben und Gesundheit werden dadurch unterhalten, wenn die Absonderungen gehörig vor sich gehen, und wenn die verlornen Theile in verhältnißmäßiger Quantität wieder ersetzt werden. Ist der Ersatz zu gering, nach Verhältniß des Verlustes der Theile: so wird der Körper geschwächt und es entstehen Verderbnisse der Säfte, und eine direkte

Nervenschwäche; ist er zu stark: so erfolgt entweder eine Schenle, oder aus Ueberreizung eine indirekte Asthenie, und es wird dann gleichfalls die Verdauung und der ganze Körper geschwächt, die Absonderungen und Aussonderungen verzögert, (die immer ihren Zeitpunkt haben müssen) die Säfte verdickt, schleimigt, zäh, und ein Ueberfluß an verglichen Säften erzeugt. Der Arzt, der die Verlezungen der Gesundheit beurtheilen und ihnen abhelfen will, muß demnach auf diese Gegenstände seine größte Aufmerksamkeit richten, weil die meisten Krankheiten von ihnen entspringen, und wieder durch eben diese Wege ihre Krisen oder Scheidung nehmen.

§. 106.

Wir haben von den Absonderungen der Säfte schon an andern Orten gehandelt; hier wollen wir mehr von den Aussonderungen reden. Die beständige Ausdünstung des Körpers ist eine der wichtigsten aller Aussonderungen, von deren Störung am häufigsten Krankheiten herrühren. Sie dient, die überflüssigen, verdorbenen Stoffe aus dem Körper auszuführen, und steht mit der Verdauung und mit dem Magen, der gleichsam das Centrum des Mitgefühls jeder Afficirung der Nerven ist, in so genauer Verbindung, daß eine gute Verdauung und ungehinderte Ausdünstung; so wie eine gestörte Verdauung und nicht gehörige Ausdünstung immer zusammen angetroffen werden. Sie unterhält die gehörige Temperatur des Körpers; und die Thätigkeit der Hautorgane. Ich werde hier einige Sätze aus dem Werke des berühmten Sanctorius ausheben, der 30 Jahr hindurch sich ununterbrochen mit Versuchen über die Schwere, Ausdünstung und Ausleerungen des Körpers beschäftigt hat.

§. 107.

Die heilsamste unmerkliche Ausdünstung geschieht im gesunden Zustande nicht durch Schweiß, wie man sich im gemeinen Leben vorstellt, sondern durch einen unsichtbaren Dunst. Bis zum Schweiß verstärkt, erschläfft und schwächt sie den Körper; je feiner aber, je mehr ohne Feuchtigkeit der Haut sie vor sich geht, desto heilsamer ist sie. Gemeiniglich werden in einer Nacht 16 Unzen durch den Urin, 4 Unzen durch den Stuhlgang, und 40, auch wohl mehr durch die Ausdünstung ausgeleert. Sie geht immerwährend, hauptsächlich aber im Schlaf und nach geschehener Verdauung, das ist 2 bis 3 Stunden nach dem Essen vor sich, wornach der Körper zunimmt an Kräften, oder beim Wachen durch Bewegungen, wornach die Kräfte zwar entwickelt, aber auch eher, wenn sie unmaßig sind, vermindert werden. Zu einem Ersatz der verdorbenen Bestandtheile, die durch die Ausdünstung fortgehen, saugt aber der Körper durch die Haut sehr viele Theile aus der Atmosphäre wieder in sich, die ihm, wie die Nahrungsmittel, zum beständigen Unterhalt dienen.

§. 108.

Die inneren Ursachen, welche die unmerkliche Ausdünstung stören, das heißt, entweder vermehren oder vermindern, sind: anhaltende Beschäftigungen zu einem besondern Entzweck, Ableitung der Ausdünstungsmaterie durch andere Ausleerungen, vermehrte Thätigkeit anderer Organe, einige Gemüthsbewegungen, wie der Schrecken, und jede Schwäche des Körpers, insonderheit der Verdauungskraft. Die äußerlichen Ursachen jeder Störung der Ausdünstung sind: feuchte und kalte Luft, Zugluft, Abendluft,

Thau, Nebel, Baden im kalten Wasser, zähe und schwer verdauliche Speisen, Unreinlichkeit der Haut, schwere Bedeckungen und Kleidungsstücke, Unterlassung gewohnter Beschäftigungen. Das Baden im kalten Wasser, so wie es nach der eigentlichen Regel geschieht, ist blos eine momentane Hinderung der Ausdünstung, die dadurch sogleich wieder gehoben wird, weil es die Wirksamkeit der Organe verstärkt. Zu viel Ruhe der Seele hält die Ausdünstung noch mehr, als Ruhe des Körpers zurück. Gleich nach der Mahlzeit ist sie am schwächsten, doch giebt es auch Speisen, die schweißtreibend sind, und schon bei ihrem Genuß die Ausdünstung vermehren; und wiederum andere Nahrungsmittel, wie Melonen, die den vierten Theil der Ausdünstung zurückhalten, und ihre Materie entweder durch einen örtlichen Schweiß, oder Stuhlgang, oder Urin wegtreiben.

S. 109.

Die unterdrückte Ausdünstung wird in den gemeinsten Fällen durch Bewegung, Reiben, durch schweißtreibende Speisen, als Lauch, Zwiebeln, Knoblauch, oder auch durch Gliederthee, oder warmes Bier, des Abends getrunken, und durch unsre Badstuben wieder hergestellt. Zu starke Ausdünstung wird durch Entfernung aller starken physischen und moralischen Reize, zu denen am häufigsten Ueberladungen des Magens gehören, durch stärkende Mittel, durch kalte Sturzbäder, durch Einräucherungen der Haut mit Harzen und Räucherpulvern wieder in Ordnung gebracht. Dabei müssen alle erhitzende Nahrungsmittel vermieden werden, und leichtverdauliche Diät, reine kühle Luft, und kühleres Verhalten statt finden.

§. 110.

Zu den Aussonderungen gehört auch diejenige, welche bei dem Weischlaf vor sich geht, und den edelsten Theil der Lebenskraft ausmacht. Wird diese Absonderung mit einer weisen Oekonomie der Kräfte verrichtet, so erweckt sie Leben und Energie im Menschen: wird sie aber verschwendet, so stumpft sie den Geist und Körper ab, und hat die unheilbarsten Krankheiten zur Folge. Am schädlichsten ist der Weischlaf bei nicht völlig mannbarem Alter [bei dem weiblichen Geschlecht bei uns vor dem achtzehnten, bei dem männlichen vor dem zwanzigsten Jahre], bei schwachen, sehr magern, hizzigen oder alten Personen, oder gleich nach dem Essen, und in jedem Uebermaas getrieben, durch Abwechselung der Gegenstände und zu vielen Sinnenreiz. Zu früh nach den Menses ist er auch immer bedenklich, weil bei Frauenspersonen leicht ein Blutsturz entstehen kann, und von dem männlichen Geschlecht leicht eine Schärfe eingesogen wird. In Krankheiten und bei der Genesung ist er gänzlich zu vermeiden, und findet nach denselben nicht eher statt, als bis das gehörige Maas der Kräfte wieder ersetzt ist. Zur Frühjahrszeit, bei einem starken Trieb und hinlänglichem Vorrath von Kräften, befördert er die Gesundheit. Man wird davon überzeugt, wenn der Körper darnach sich leichter fühlt, wenn alle Absonderungen und Aussonderungen gehörig fort dauern, und kein roher oder un- gefärbter Urin nach ihm erfolgt.

§. 111.

Unmäßiger Weischlaf lähmt jeden edlen Schwung des Geistes, schwächt alle Nerven- und Muskelkraft, das Gedächtniß, den Magen, die Ver-

daunungskraft, die Lungen; und macht empfindlich, fränklich, schwermüthig und schwindfüchtig. Bei Männern bemerkt man insgemein vorher die Rückenbarre *) [der erste Grad der anwandelnden Schwindsucht] und beim weiblichen Geschlecht den weißen Fluß, Mutterblutflüsse oder Scheidevorfälle. Häufige Pollutionen, insonderheit aber das verderbliche Laster, die Selbstbefleckung, schaden noch mehr als ein übertriebener Beischlaf. Es entstehen mit der Zeit Saamen-Ergießungen von jedem beträchtlichen Reiz im Unterleibe, sogar nach dem Genuß stärkender Mittel, wenn sie zugleich scharf-reizend oder hizzig sind, als Senf, Meerrettig, oder andere scharfe Speisen.

§. 112.

Solchen Uebeln vorzubeugen sind mithin kühlende Nahrungsmittel, Wassertrinken und zeitiges Heirathen am besten. Die Folgen des übertriebenen Beischlafs lassen sich nur durch Enthalttsamkeit, durch Vermeidung aller physischen und moralischen Reizze, durch stärkende Arzneien, die zugleich nicht sehr reizend und erhizzend sind, ganz allmählig und durch eine lange Zeitdauer heben. Dahin gehören öfteres Waschen der Geburtstheile mit kaltem Wasser, und die Eisenfeile zu einem Skrupel Morgens und Abends mit kaltem Wasser genommen. Zugleich muß man sich vor allen Reibungen der Theile, vor engen Unterkleidern, vor vielem Essen und Trinken gegen die Nacht, vor schweren Bedeckungen im Bette hüten, und Bleiplatten auf die Nieren-Gegend tragen.

*) Der Körper nimmt bei dieser Krankheit nicht nur ab, sondern man fühlt auch Kälte, Schmerz im Kreuz, und besonders hervorstehende Knochen des Rückgrades.

Auch soll es sehr stärkend seyn, wenn man vor dem Bade nackt in der Sonne herumgeht.

§. 113.

Zu den täglichen Ausleerungen rechnet man das Harnlassen und den Stuhlgang. Der gesunde Mensch hat täglich wenigstens einmal seinen Stuhlgang, Kinder haben zwei bis dreimal des Tages ihre Ausleerung. Geschieht dies nicht; so muß man durch Bewegung, durch häufiges Trinken, durch Reiben und Waschen des Unterleibes mit Wasser und Seife, durch Bäder, Enthaltung zu vielen Schläfs, durch leicht verdauliche und durchschlagende Speisen, wie z. B. die Kohllarten und Rüben sind, dieses Naturbedürfniß zu bewirken suchen. Jedoch darf man bei kranken, schwachen und genesenden Personen, zumal wenn sie wenig Nahrungsmittel zu sich nehmen und keine Beschwerden fühlen, nicht immer zu ängstlich dafür sorgen *). Der Stuhlgang kann ohne beträchtlichen Nachtheil einige Tage ausbleiben, ehe man seine Zuflucht zur Kunst nimmt. Man muß hauptsächlich durch stärkende Mittel, wenn keine sthenische Beschaffenheit vorhanden ist, denselben zu befördern suchen. Zu diesem Behuf sind Vermuthstropfen oder weiße Pfefferkörner zu empfehlen. Clystire oder die eigentlichen Laxiermittel schwächen, da sie immer zugleich auch gesunde Säfte wegnehmen.

§. 114.

Der Harn muß verhältnißmäßig mit der Menge der eingenommenen Speisen und Getränke seyn: nach

*) Diese gar zu ängstliche Sorge war gewiß Ursache, daß viele Kranke ehemals ihren Geist auf dem Nachstuhle aufgaben.

deren Beschaffenheit sich aber auch oft so wohl die Quantität als auch die Farbe desselben richten. Je mehr man ausdünstet, destoweniger harnt man dabei. Entsteht ein verhindertes Urinlassen; so muß man warme Getränke, wie Kamillenthee, trinken, und warme Tücher auf den Unterleib legen. Nach genossenen Speisen muß der Harn blaß gelblicht, und selten mit einem Bodensatz seyn. Ist er ganz hell wie reines Wasser, so zeigt er gemeiniglich einen hysterischen und hypochondrischen Krampf an; es sey denn, daß man viel wässerichte Getränke genommen hat, da er dann von diesen, und nicht von Krämpfen herrührt. Je mehr Bodensatz im Harn gefunden wird, und je belegter die Zunge dabei ist, desto sicherer kann man einen verdorbenen Magen annehmen.

§. 115.

Was die groben und ersten Ausleerungen betrifft, die mit dem Stuhlgange ausgesondert werden; so gehen sie bei unseren Landleuten, da sie bei ihrer Lebensart nicht so viele warme Speisen und Getränke, als die verfeinerten Menschenklassen zu sich nehmen, sehr gut von statten; nur dies ist anzumerken, daß sie, selbst nach Verhältniß ihrer schweren Arbeiten, weniger als die Städter ausdünsten, weil sie mehr zähflüssig als vollflüssig sind, und überhaupt eine zusammengezogene Faser und trocknen Körper haben. Da sie noch, fast durchgängig, Tabak rauchen; so haben sie vielleicht dafür einen stärkeren Zufluß von Schleim im Munde, wodurch das, was bei der Ausdünstung zurück bleibt, durch diese Wege mit dem Ausspucken wieder seinen Ausgang nimmt. Man sieht sie aber selten und sehr wenig ausspucken, und es ist höchst wahrscheinlich, daß oft schädliche Materialien, welche hätten ausgedünstet werden müssen, im

Körper zurück bleiben. Wenigstens lassen die häufigen Fieber, die Neigung zur Hautwassersucht, die oft vorkommende weiße Geschwulst der Füße, die fahle Hautfarbe, und die Schwere und Trägheit, die man bei ihnen in allen ihren Verrichtungen beobachtet, diese Vermuthung annehmen. Am meisten pflegen sie im Winter, die Nacht über auszudünsten; weil sie dann gerne warme Schlafstellen suchen. Es wäre zu wünschen, daß unser Bauer mehr Gebrauch, wie der Russe, von Lauch, Zwiebeln und Knoblauch machen möchte, so würde die Ausdünstung besser vor sich gehen, und sie auch nicht so leicht zu ansteckenden Krankheiten geneigt seyn.

S. 116.

Die Menses pflegen unter den Landleuten bei dem zweiten Geschlecht später einzutreten, und im Alter auch früher ihr Ende zu erreichen, als bei den Städterinnen *). Selten zeigt sie sich bei ihnen im 14., insgemein im 15., 16., oder 17. Jahr, und pflegt im 48. oder 50. Jahr aufzuhören. Der Blutfluß dauert gewöhnlich 3, 4 bis 5 Tage. Beides, so wohl der erste Eintritt als das Aufhören der Menses, hört man selten mit Beschwerden geschehen. Es kommt ebenfalls daher, weil sie bei ihrer mageren und knappen Kost nicht sehr vollsäftig sind, und eine trägere Bewegung der Säfte von ihren zähen und schweren Nahrungsmitteln haben. Bei einem zu langen Ausenbleiben der Menses sind angenehme Bewegungen, als Tanzen, lauwarme Fußbäder,

*) Das gar zu frühe Eintreten ist nicht selten der Vorbote von Schwindsucht und anderen Entkräftungen des Körpers.

gute Mittel zur Hervorlockung derselben. Treten aber schon bedeutende Beschwerden ein; so muß man sie durch Hebung der Ursachen, welche der praktische Theil anzeigt, herzustellen suchen. Bei der Untersuchung weiblicher Krankheiten ist es ein nothwendiges Erforderniß, sich genau nach der Beschaffenheit dieser Absonderung zu erkundigen, weil ihre Unordnung oft die Quelle ihrer Kränklichkeit ausmacht, die nicht eher gründlich gehoben wird, als bis diese heilsame Absonderung in Ordnung gebracht ist. Auch läßt man, bei ihrem Eintritt in Krankheiten, ohne dringende Zufälle keine Arzneien einnehmen, damit sie nicht durch irgend einen fremden Reiz ein Hinderniß erleide. Bei manchen Frauenzimmern muß der Volksarzt sich wohl versehen, daß er nicht durch treibende Mittel einen Abort verursache, weil Frauenzimmer oft schwanger sind, ohne daß sie es glauben, oder indem sie es verheimlichen, daß dies die Ursache des Ausbleibens der Reinigung ist.

IX. Von den Temperamenten der Landleute, und ihrem Einfluß auf die Gesundheit.

Begriff des Wortes Temperament §. 117. — das angeborne und erworbene Temperament §. 118. — Die nächste Ursache der Verschiedenheit der Temperamente §. 119. — Eintheilung der Temperamente §. 120. — Das prädominirende Temperament unserer Landleute §. 121. — Krankheiten: Anlagen des phlegmatischen Temperaments — Gegenmittel §. 122. — Dispositionen des melancholischen

schen Temperaments §. 123. — Kennzeichen dieses Temperaments §. 124. — Seine Empfänglichkeit zu Krankheiten — Gegenmittel §. 125. — Verhalten zur Verbesserung des Temperaments §. 126.

§. 117.

Aus Erfahrungen weiß man, daß kein Mensch, in allen geistigen und thierischen Aktionen und Aeußerungen, dem andern ganz ähnlich ist, und oft sogar einer des andern Kontrast ausmacht. Diese Eigenschaft des Menschen, nach welcher er sich durch einen eigenen Grad von Spannkraft, Reizbarkeit und Empfindlichkeit von andern unterscheidet, wird Temperament genannt. Man muß die Temperamente, insonderheit vor dem Krankenbett, nicht mit der Gemüthsart und der körperlichen Beschaffenheit verwechseln. Diese bestehen besonders für sich; obzwar die Temperamente auf sie wirken, und einen beständigen Einfluß haben.

§. 118.

Ein jeder Mensch hat eine eigene Summe von Lebenskraft, von deren Einwirkung auf die festen und flüssigen Theile die Empfindlichkeit und Reizbarkeit, und das angeborne Temperament abzuhängen scheint. Da aber der Himmelsstrich, die Orts = Lage, die Jahreszeit, Luft, Witterung, das Verhalten des Menschen, Erziehung, Nahrungsmittel, das Alter, unzählige Verhältnisse und mancherlei Krankheiten die Lebenskraft verschiedentlich afficiren, mehr oder weniger erhöhen, oder mindern; so wird das angeborne Temperament auch oft verändert, und selten bei einem Menschen rein angetroffen. So verschie-

den daher das Maaß und die Modificationen der Lebenskraft sind; so verschieden werden auch die geistigen und thierischen Aktionen wahrgenommen.

§. 119.

Die nächste Ursache von der Verschiedenheit der Temperamente liegt demnach nicht in der Gemüthsart, oder in den Flüssigkeiten des Körpers, wie die Alten glaubten, sondern in der Lebenskraft des Menschen. Dies sieht man am deutlichsten in Krankheiten, und in den verschiedenen Perioden des Menschenlebens. Knaben und Jünglinge neigen sich, wenn die Lebenskraft nicht durch frühzeitige und unmäßige Anstrengungen deprimirt ist, zum sanguinischen; das mannbare Alter wird cholerischer, das Alter phlegmatischer, und im hohen Alter sieht man kaum noch schwache Grundzüge vom angeborenem Temperamente. Ein sicheres Zeichen eines bedenklichen Zustandes ist es daher auch in allen Krankheiten, wenn der Kranke sein Temperament verändert. Würde das Blut hingegen die Ursache der verschiedenen Temperamente seyn; so könnten nicht Zwillinge ganz verschiedene angeborne Temperamente besitzen.

§. 120.

Die alte Eintheilung der Temperamente, in sanguinische, cholerische, phlegmatische und melancholische, werden wir hier beibehalten; da die neuere gar nicht allgemein angenommen, und zu sehr vielfältiget ist. Sie scheint uns zudem mehr künstlich, als aus der Natur geschöpft zu seyn; daher sind auch die verschiedenen Arten der Temperamente, bei den neuesten Schriftstellern, weder in der Zahl, noch in den Benennungen und Beschreibungen übereinstimmend angegeben. Es würde wirklich nützlicher

seyn, die vier festgesetzten genauer zu bestimmen, als mehrere zu erfinden, und die alten nur mit neuen Namen zu belegen.

§. 121.

Das vorwaltendste Temperament unserer Landleute, in Liefland, ist das phlegmatische, von Natur scheinen sie mehr sanguinisch zu seyn. Die gemeinsten Zeichen jenes Temperaments werden auch alle bei ihnen angetroffen: ruhige Geistesstimmung, Kunstfleiß, und gute Fähigkeiten zur Erlernung der Sprachen, Ehrgeiz, schwerfälliger, träger, schüchterner, übrigens gutmüthiger Charakter. Sie haben blonde, weiße Haare, die langsam wachsen; helle Augen, mit wenigem Feuer; langsamen Puls, mit kleinen tiefliegenden Adern; und Anlage zum Fettwerden bei guter Körperpflege.

§. 122.

Sie besitzen einen geringen Ton der Fasern, mehr wäſſrichte Feuchtigkeiten als eigentlich rothe Blutmasse, und sind aus diesem Grunde zu Rheumatismen, Katarrhen, Diarrhöen, Kacherie, Wafersuchten, kaltem Brande, Koliken, kalten und faulen Fiebern, Skropheln, Drüsen = Geschwulsten, Haut = Krankheiten, und venerischer Ansteckung geneigter. Eine feuchte Luft, unthätige Lebensart und dunkle Zimmer verstärken diese Anlagen; starke Bewegungen, Enthaltung von zu vielem Schlaf, von schwerverdaulichen und zähen Mehlspeisen vermindern sie hingegen.

§. 123.

Viele unter ihnen sind mehr melancholischen Temperaments, und in sich gekehrt, niemals recht

froh, wortkarg, verschlossen, mürrisch, verschwiegen, ungesellig, fühllos, zornig, bei anhaltender und oft wiederkehrender Veranlassung zum Zorn grausam, rachsüchtig, schmutzig. Sie haben ein sehr gutes Gedächtniß, und hartnäckige Begierden; sie sind aber auch beharrlich, sowohl in Tugenden, als Lastern. Ein hervorstechender Zug dieses Temperaments mag vielleicht auch dieser seyn, daß sie, wie Hupel anzeigt, bei schweren Arbeiten sich oft die Pest wünschen, und ihren Aeltern eine baldige Auflösung, wenn sie krank sind.

§. 124.

Die sinnlichen Zeichen dieses Temperaments sind: dunkle Farbe der Haut, die insgemein sehr haarigt und gelbflektigt ist; schwarzes, zuweilen gekräuselttes Haar; dunkle und schwarze Augen; ein fester Körper, stärkere Kräfte, und langsamer harter Puls.

§. 125.

Die Muskelfasern sind dicht und nicht sehr elastisch, das Blut ist mehr zähschleimigt, bewegt sich langsam, und alle Eindrücke sind sehr stark und hartnäckig bei ihnen. Aus dieser Ursache sind sie zu allen langwierigen Krankheiten geneigt, zu Verstopfungen der Leber, Milz, und Gefäßdrüsen, Hämorrhoiden, Blutflüssen, Ausschlagen, Gelbsuchten, zum Skorbut, zur Krätze, Steinpassion, Drüsen-Verhärtungen, krampfhaften Zufällen, und Nervenbeschwerden. Dunkle Zimmer, niederschlagende Gemüthsbewegungen, sumpfigte Gegenden, verschlossene oder ununterbrochene Schattenluft, befördern diese Geneigtheit; durch Enthaltung von fetten und zähen Nahrungsmitteln, von bizzigen Getränken, von zu

vielem Schlaf, durch angenehme Beschäftigungen, starke Bewegungen, durch eine leichte säuerliche anfeuchtende vegetabilische Kost [als Kettig, Meerrettig, Rüben, Kohl, Stabesputris] durch Dampfbäder [§. 93.], lauwarme Wannenbäder, kalte Sturzbäder [§. 96.], und durch das Aderlassen [§. 192.], kann sie aber gemindert, wo nicht gehoben werden.

Das sanguinische Temperament scheint dem Landmann in Liefland oft angeboren zu seyn, obgleich es sich selten durch deutliche Kennzeichen äußert. Die festen Theile sind bei sanguinischen Personen schlaff und elastisch; die flüssigen, in Verhältniß zu den festen, in Menge zugegen. Personen von diesem Temperament sind, wie junge Leute, fast immer froh und heiter; aber auch unbeständig und wankelmüthig. Die Stärke des Körpers ist mäßig, doch sind die meisten Sanguiniker schwächlich, wegen ihres großen Hanges nach Vergnügungen und Exceß in der Liebe zum zweiten Geschlecht. Durch Enthaltbarkeit, Bewegungen in freier Luft, können die Fehler dieses Temperaments verbessert werden.

Das cholerische Temperament wird eben so selten als das sanguinische angetroffen. Personen von diesem Temperament sind von mittler, meistens mehr kleiner Statur; besitzen aber einen festen Körperbau und viele Kräfte. Sie unterscheiden sich zugleich durch eine eigene Lebhaftigkeit in allen Aktionen, durch eine große Reizbarkeit, und durch eine starke Anlage zum Zorn; daher sie kühn und unternehmend, aber auch oft grausam sind. Die Krankheiten, womit cholerische Personen zu befallen pflegen, sind entweder sthenischer Art oder von indirekter Schwäche, daher ihnen eine vegetabilische Nahrung zuträglich ist.

Der Mensch kann sich überhaupt gegen alle Dispositionen der Temperamente nur auf die Art sichern, wenn er sein Temperament so umändert, daß er alle 4 Temperamente in einem gesunden Verhältniß besitzt, wodurch das Gleichgewicht aller Körper- und Seelenkräfte, oder die Gesundheit, und ein vollkommener Charakter gebildet wird. Dies ist aber ein schönes Ideal der Kunst, welches man vielleicht niemals erreicht, aber doch immer zum Zweck haben muß. Wenigstens muß man alle diejenigen Dinge meiden, welche die Temperamentsanlagen zu Krankheiten verstärken [§. 122 und 125.]; und sowohl dieser diätetische, als auch der praktische Theil, bei der Beschreibung der Krankheiten anzeigt.

X. Von den Gemüthsbewegungen der Landleute.

Eintheilung in Affecte und Leidenschaften §. 127. — Begriff, Einfluß der Gemüthsbewegungen — insonderheit auf das weibliche Geschlecht §. 128. — Die Traurigkeit — ihre Wirkungen — Gegenmittel §. 129; 131. — Die Furcht — ihre Wirkungen §. 132. — Krankheiten — weitere Folgen der Furcht §. 133. — Anlagen — Gegenmittel §. 134. — Der Schrecken — Wirkungen des Schreckens §. 135. — In Krankheiten §. 136. 137. — Gegenmittel §. 138. — Zorn und Rachsucht §. 139. — Wirkung auf das Gallensystem §. 140. — Gegenmittel —

Bedenkliche Mittel nach Hoffmanns Erfahrungen §. 141.
 — Anlagen zur Aergerniß §. 142. — Ehrgeiz, Indignation, Ingrimm, Ehen §. 143.

§. 127.

Das Temperament ist die Triebkraft der Gemüthsbewegungen, insonderheit der Gradationen derselben. Sie werden in Affecte und Leidenschaften eingetheilt. Affect soll nemlich die Neigung zur Leidenschaft; Leidenschaft, der zur Wirksamkeit gebrachte Affect bedeuten. Meiner Meinung nach ist diese Eintheilung ganz entbehrlich, wenn man die Gemüthsbewegungen im passiven und aktiven Zustande unterscheidet.

§. 128.

Es ist bekannt, daß sie sehr große Veränderungen im Körper hervorbringen, welche nach Verschiedenheit und Stärke derselben, die Gesundheit entweder zerrütten, oder befördern helfen. Da sie aber in einer lebhaften Empfindung sinnlicher Lust, oder Abscheu bestehen; so gehört ein beträchtlicher Grad von Empfindlichkeit und Reizbarkeit des Körpers, oder ein feines Gefühl und starke Einbildungskraft zur Erregung dergleichen Veränderungen. Es ist demnach wahrscheinlich, daß unsere Landleute nicht leicht schlimme Folgen von ihnen zu erleiden hätten; weil sie unempfindlich sind, ein starkes Nervensystem, und keine lebhafte Einbildungskraft besitzen. Ich werde daher nur diejenigen Gemüthsbewegungen anführen, die bei ihnen am häufigsten herrschen, und die Folgen und das Verhalten zur Verhütung und Hebung derselben hinzufügen. In vielen Krankheiten, besonders in den Blutflüssen der Weiber, ist es wenigstens von

äußerster Wichtigkeit für den Arzt, zu wissen, ob eine Gemüthsbewegung vorhergegangen ist, die man ihm nie verheimlichen darf.

§. 129.

Traurigkeit ist unter allen Gemüthsbewegungen diejenige, die viele unserer Landleute nicht selten befällt, und wie ein langsames Gift am Leben nagt. Die Farbe eines solchen Menschen ist blaß, fahl, gelblicht; die Oberfläche des Körpers kalt; der Puls klein, langsam, ungleich; das Nervensystem geschwächt und empfindlich; der Körper mager, oder auch aufgedunsen und wassersüchtig.

§. 130.

Ein Mangel an Elastizität der Muskelfasern, ein träger Blutumlauf, Verdickung und Zähigkeit der Säfte, verhinderte Absonderung der Galle, verdorbener Magen, eine schwache Verdauung, eine unterdrückte Ausdünstung, aber vermehrte Einsaugung werden bei solchen Subjekten fast durchgängig bemerkt. Aus diesen Ursachen entspringen viele langwierige Krankheiten, die oft den besten Arzneimitteln widerstehen. Dergleichen Uebel sind: Hartleibigkeit, Durchfälle, Koliken, krampfhafte Beschwerden, Gelbsüchten, Rückenstarre, Ohnmachten, Melancholie, viertägige Fieber, Wassersüchten, Brand.

§. 131.

Beständige Thätigkeit, besonders angenehme Beschäftigungen, Schaukeln, Grottiren des Körpers mit wohlriechenden Oelen oder Geistern, ein mäßiger Gebrauch des Brandweins, und schmeichelhafte Hoffnungen, mit denen man solche Personen nähren muß, lassen oft Frohsinn aufblühen. Bei sanguinischen

Temperamenten mäßiget diese Gemüthsbewegung in einem gewissen Grade, eine eigene Lusternheit, und verhütet dadurch Erschlaffung und Nervenschwäche.

§. 132.

Die Furcht zerrüttet nicht weniger die Gesundheit. Das Blut geht bei dieser Gemüthsbewegung nach den größeren Gefäßen, und häuft sich, indem es Angst und Herzklopfen bewirkt, in der Brust stark an. Der Puls wird klein und dünn, das Gesicht blaß, und es entsteht hernach, wenn die Natur stärker zu reagiren beginnt, Wärme, Röthe und Schweiß über den ganzen Körper. Im Anfange bricht sie aber gleichsam den Ton des Körpers, schwächt die Nerven und festen Theile, lähmt die Kräfte, unterdrückt die Ausdünstung, und macht Zittern, Schauern, Stammeln und krampfhaftes Zufälle.

§. 133.

Zuweilen verursacht die Furcht entkräftende Schweiß, Ohnmachten, langwieriges Herzklopfen, unterdrückte Menfes und Hämorrhoiden. In andern Fällen hat man plötzliche Durchfälle, Starrsucht, [wie ich selbst einmal beobachtete] Saamenabgang, schnelles Grauerwerden der Haare, Sprachlosigkeit, schwarzen Staar, die Fallsucht, Lähmung, Melancholie, und Raserei darnach erfolgen sehen.

§. 134.

Besonders vermehrt sie das Athemholen, und die Einsaugung der Gefäße, und macht dadurch zu allen ansteckenden Krankheiten empfänglicher. Lauwarme, säuerliche und geistige Getränke, Schlaf, gewöhnliche Fußbäder, nervenstärkende Arzneien, sind die physischen Gegenmittel dieser Gemüthsbewe-

gung. Das jugendliche Alter und geschwächte Personen sind der Furcht am meisten unterworfen.

§. 135.

Unter allen Gemüthsbewegungen ist der Schrecken am heftigsten. Die schlechte Erziehung der Kinder bei den Landleuten, macht oft eine unglückliche Anlage zur Schreckhaftigkeit. Er wirkt hauptsächlich auf das Herz und auf das Gehirn. Die Haare sträuben sich, die Nerven werden erschüttert, das Blut wird nach den größeren Gefäßen getrieben, das Athemholen wird erschwert, der Puls klein, die Glieder fahren zusammen, es entsteht ein fieberhafter Krampf, die Ausleerungen und Ausdünstung werden unterdrückt, die Einsaugung wird aber vermehrt, und mit ihr die Empfänglichkeit zu ansteckenden Krankheiten.

§. 136.

Blutflüsse und Ausschläge treten oft zurück, oder wenn die Natur im Reagiren stärker ist, so treibt er dieselben, und pflegt leicht Aborten zu verursachen. Zittern, Epilepsie, Polypen, Wahnsinn, Starrkrampf, Convulsionen, und plötzliche Todesfälle hat man nach dieser Gemüthsbewegung entstehen gesehen. Ich erinnere mich bei Zückerer irgendwo gelesen zu haben, daß Harvey ein zerplatztes Herz vor Schrecken durch die Leichenöffnung entdeckt hat. Die Starrsucht sah ich bei einem jungen Frauenzimmer darnach erfolgen, und in einem andern Fall ein beständiges Stillschweigen; bei einem Melancholikus. Herodot erzählt das Gegentheil, daß nemlich der Sohn des Croesus, der in seiner Jugend stumm gewesen war, auf einmal vor Schrecken, da sein Vater von einem

rasenden Soldaten angefallen wurde, die Sprache wieder erhalten habe *).

§. 137.

Man hat viele Beispiele von geheilten Fiebern, Melancholie und Epilepsie durch den Schrecken. Boerhaave führt einen merkwürdigen Fall an **). Sechswöchnerinnen sind besonders dieser Gemüths-
bewegung unterworfen, und überhaupt alle Personen, die ein angegriffenes Nervensystem haben. Eine vornehme Dame bekam in den Sechswochen, indem sie über eine umgestoßene Schmandkanne erschrak, plötzlichen Wahnsinn, von dem sie sich aber wieder nach wenigen Tagen, bei dem Gebrauch nervenstärkender Mittel, erholte.

§. 138.

Die erste Regel in solchen Fällen ist, man befördere durch warme, zuweilen etwas säuerliche Getränke sogleich die Ausdünstung, und durch ordinäre Clystire die Ausleerungen des Körpers, wenn sie auszubleiben scheinen. Aus diesem Grunde rath man im gemeinen Leben auch, sogleich das Wasser nach dem Schrecken zu lassen. Vorbauungsmittel gegen Schreckhaftigkeit sind nervenstärkende Arzneien, kalte Bäder, Abhärtung und tägliche Bewegungen des Körpers in freier Luft, bei jeder Beschaffenheit der Bitterung.

*) Hist. L. I. C. 85. P. 35.

**) De morb. rar. p. 800.

§. 139.

Zorn und Rachsucht entspringen aus Einer Quelle, und bringen auch ähnliche Wirkungen hervor. Die Trunkenheit und die häufigen bösen Beispiele mögen vielleicht mehr als das Temperament dazu beitragen, daß diese Gemüthsbewegungen unter unsern Landleuten so gewöhnlich sind.

Das Blut tritt besonders stark nach dem Kopf bei diesen Gemüthsbewegungen, das Herz schlägt heftiger, der Puls schneller, der Körper zieht sich zusammen, die Glieder zittern, das Gesicht wird blaß. Bei der stärkern Reaktion der Natur erwacht die Rachsucht, das Gesicht wird nun roth und schwillt in etwas an, das Athemholen wird stärker, der Blick wild, die Augen werden feurig, und die Zähne knirschen zuweilen. Bei einem hohen Grade des Zorns erleiden fast alle Sinnesorgane einen Krampf und eine örtliche Vollblütigkeit. Der Körper ist fühllos, das Gesicht verdunkelt, das Gehör vermindert, die Stimme und Worte sind stammelnd, zitternd, und oft ganz unwillkürlich verändert.

§. 140.

Am stärksten wirkt der Zorn auf das Gallensystem, und disponirt zur Steinpassion. Gemeiniglich entstehen auch zusammenziehende Empfindungen, Beängstigungen in der Gegend der Herzgrube, klopfende Schmerzen in den hohlen Seiten des Körpers, und bei einem hohen Grad des Zorns, Ekel, Erbrechen, Magenkrämpfe, Gallenfieber, Durchfälle, Gelbsuchten, Lungenuchten, Schlagflüsse, Entzündungen, Ohnmachten, Fallsuchten, krampfhafter Beschwerden, Zuckungen und Blutergießungen. Haller

führt *) einen Fall an, wo ein Kind von einer erzürnten Amme, gleich nach dem Saugen, einen Blutfluß aus den Augen, Nase, Mund, Ohren, und Mastdarm bekam.

§. 141.

Das beste Mittel in solchen Fällen ist, etwas Weinsteinrahm [Cremor tartari] einzunehmen, weil es die Wallungen mindert, die beim Zorn entstehen, und die Galle, die sich zu ergießen pflegt, gelinde abführt. Bedenklich sind aber alle gewürzhafte, erhitzende und reizende Sachen, insonderheit Brechmittel und Abführungen. Seitdem Friedrich Hofmann **) einige tödliche Magenentzündungen bei dem Gebrauch dieser Mittel in dergleichen Fällen durch Leichenöffnungen wahrgenommen hat, ist es wenigstens ein Erfahrungssatz: daß Abführungen und Brechmittel nach einer starken Uergerniß gegeben, von sehr zweideutigen Wirkungen sind ***).

Nur haben immer Haberschleim gegen die Empfindungen des Magens, und eine krampfstillende Salbe, in die Magen = Gegend eingerieben, die

*) Elem. physiolog. T. V. p. 583.

**) Opusc. med. pract. Diff. VI. p. 291. Genév. fol.

***). Herr D. Conradi hat im 4ten Bande des Journals von Hufeland, im Magenkrampf von Uergerniß, Brechmittel angerathen. Ob die Heilart allgemein anwendbar sey? müssen mehrere Erfahrungen bestätigen. Den meinigen zu Folge hab' ich einige Bedenklichkeiten über diese Heilart, in Hufeland's neuen Journal der praktischen Heilkunde (1. B. 11. St.) geäußert.

erwünschtesten Dienste gethan. Salze, besonders den Salpeter, hab' ich aber wegen der brennenden Empfindungen, die sie im Magen verursachen, nicht gewagt zu geben. — Hypochondrie, Melancholie, die Brustbräune, Hysterie, krankhafte Empfindlichkeit und Reizbarkeit des Körpers, und eine geschwächte Verdauungskraft, machen oft mehr zum übermäßigen Zorn geneigt, als das Temperament, und müssen demnach durch angemessene Mittel, welche der praktische Theil anzeigt, gehoben werden. Heilsam ist oft ein mäßiger Zorn bei einer schwachen Verdauung, auch hat man bei unterdrückten Meneses, Lähmungen, Aphonie und Podagra, zuweilen von ihm gute Wirkungen bemerkt.

§. 143.

Ehrgeiz, Indignation, Ingrim, eine gewisse Scheu, die man bei unkultivirten, oder in Einsamkeit lebenden Menschen beobachtet, sind Gemüthsbewegungen, die sämmtlich auf das Nervensystem wirken, den Verstand abstumpfen, Blutanhäufungen in der Brust und im Kopf, wie auch Schlaflosigkeit, Gelbsucht, Angst, Schwindel, Ohnmachten, Erbrechen und Durchfälle verursachen. Zimmermann sah sogar von einer Indignation einen tödlichen Schlagfluß erfolgen. Wir sind einige Fälle vorgekommen, wo Schwindel und Ohnmachten von ihr entstanden. Physische Mittel können übrigens die letzterwähnten Gemüthsbewegungen nicht verhüten, die moralischen ist hier nicht der Ort zu bestimmen.

XI. Von der körperlichen Beschaffenheit der Landleute.

Wichtigkeit der Kenntniß der Körperkonstitution §. 144.

— Die trockene und magere Konstitution unserer Landleute §. 145. — Zunehmen bei guter Nahrung und Körperpflege §. 146. — Diät der trockenen und mageren Konstitution — Heilmethode in Krankheiten §. 147. — Die vollblütige Konstitution §. 148. — Diät in der Vollblütigkeit §. 149. — Die schwächliche Konstitution — ihre Behandlung im gesunden und kranken Zustande §. 150. — Weitere Erörterung der Diät dieser Konstitution §. 151.

§. 144.

Nach Verschiedenheit der Körperkonstitutionen, muß sich nicht nur das Verhalten im gesunden und kranken Zustande, sondern auch jede rationelle Heilart, und die Auswahl und nähere Bestimmung der Arzneien richten. Ueberhaupt darf man bei allen Vorschriften des Verhaltens nie den wichtigen Grundsatz vergessen, daß alles nur relativ zuträglich oder nachtheilig ist. Was einer sich zur Hypersthenie neigenden Konstitution wohl bekommt, muß natürlich einer asthenischen schädlich seyn. Unsere Landleute haben von ihrem Himmelsstrich eine straffe Muskelfaser und zähe Flüssigkeiten. Ihre Konstitution ist zwar derb, ausdauernd, nicht sehr reizbar, aber doch nicht so krafftvoll, als die des russischen Bauern. Wenigstens kommen sie ihm im Heben und Tragen nicht bei; obgleich ihre Muskeln und Sehnen von zu starker Anstrengung und Ausdehnung oft steif werden, und die Finger und Hände zuweilen

wie verdreht aussehen. Daß sie aber von Natur stark sind und nicht geringe Kräfte haben, zeigt die lange Dauer ihres Lebens, die sich gewöhnlich auf 60 bis 70 Jahr beläuft.

§. 145.

Da ihre Erziehung, ihre Lebensart und ihre hizzigen Getränke, die festen Theile noch rigider, trockener und härter machen, so wird der Körper dadurch weniger elastisch, und ausdehnbar, wodurch ein geringerer Ansaß von nährenden Theilen entsteht. Sie sind aus dieser Ursache von mittler Größe, und selten von einem dicken Körperbau. Auch hierin unterscheiden sie sich von ihren Nachbarn, den Russen, welche nicht nur corpulenter, sondern auch im Durchschnitt von größerer Statur bemerkt werden. Unter den Weibspersonen findet man noch mehrere Kleingestaltete, als unter den Mannspersonen, doch sieht man mitunter auch viele lang gewachsene Menschen.

§. 146.

Bei guter Kost und Pflege nehmen sie bald zu, und werden leicht dickfleischigt. Ihre Lebensart und Nahrungsmittel müssen demnach den größten Antheil an ihrer zähen trockenen und mageren Körperbeschaffenheit haben; weil sie sich, unter andern Bedingungen, sehr leicht umzuändern pflegt. Aber selbst diese Körper-Konstitution, mit der Einförmigkeit ihrer Lebensweise, trägt viel zur langen Lebensdauer bei, weil sie wenigern Reizzungen unterworfen ist, und die Lebenskraft dadurch langsamer erschöpft wird.

§. 147.

Ich komme jetzt zu dem Verhalten der verschiedenen Körper-Konstitutionen. Die trockenen und

magern Konstitutionen müssen mehr erweichende, schleimigte Getränke, wie das Bier, und selten zusammenziehende Flüssigkeiten, wie der Brandwein ist, zu sich nehmen. Eine feuchte und etwas kühle Bitterung ist ihnen sehr behaglich, weil der Körper dadurch angefeuchtet wird. Sie müssen überhaupt viel trinken, den Körper anzufeuchten suchen, und länger schlafen, als starke und vollblütige Menschen. Eine angemessene, behagliche Körper- und Seelenruhe befördert die Stärke dieser Konstitutionen. Die Fleischspeisen bekommen ihnen besser als Vegetabilien, und diese haben wieder vor den Fischen einen Vorzug. Mit dem herannahenden Alter müssen sie sich immer fleißiger baden, sowohl im Sommer, als auch im Winter in lauwarmen Wasser, sich nicht zu starken Bewegungen aussetzen, ihre Arbeiten in freier Luft verrichten und sich dabei alles Tabakrauchens enthalten. Lösende Arzneien müssen bei ihnen länger gebraucht werden, als bei anderen Konstitutionen; sie bedürfen aber auch weniger zusammenziehender Heilmittel nach ihren Krankheiten, weil sie nicht leicht großen Erschlaffungen unterworfen sind.

§. 148.

Wohlhabende Bauern sind mitunter von einer mehr vollsäftigen, feuchtern, vollblütigen, und zu Entzündungen geneigten Konstitution; weil sie bessere Nahrungsmittel, Bier und andere hizzige Getränke genießen. Diese sind reizbarer als jene, von denen vorher Erwähnung geschah. Sie haben insgemein einen vollen, langsamen Puls, der durch die geringste Ursache in heftige Bewegung gebracht wird; eine gewisse Spannung und Elasticität der weichen Theile des Körpers, eine oft juckende Haut, die bei dem gelindesten Reiben sogleich roth wird, sind zum

Schwindel, Schlaf, Nasenbluten und anderen Blutflüssen geneigt, klagen nicht selten des Morgens nach dem Schlaf über eine bleierne Schwere in den Gliedern: haben leicht schmerzhaftes rothe Augen, und Anwandlungen von Herzklopfen und Ohnmachten an warmen Orten. Rhabarber, und zusammenziehende, reizende Dinge, pflegen ihnen in Diarrhöen leicht blutige Stuhlgänge zu verursachen. Entstehen bei ihnen Krankheiten von Vollblütigkeit; so pflegen die Anfälle immer am ärgsten des Morgens, gleich nach dem Schlaf zu seyn. Das Blut setzt beim Aderlassen auf dem gerinnbaren Theil eine farbige, weißgelbliche oder grünlichte Haut ab; doch hat man diese Erscheinung auch bei Schwangeren und bei einer schleimigten Beschaffenheit der Säfte beobachtet. Man kann bei solchen Konstitutionen, in den meisten Krankheiten, die entzündungswidrige Methode, und oft das Aderlassen, nicht entbehren.

§. 149.

Der größte und ärmere Theil der Landleute verfällt nur zuweilen im Herbst in eine solche entzündliche Körperbeschaffenheit, weil er dann, nach gehaltener Erndte, gemeiniglich im Essen und Trinken zu viel thut. Personen von dieser Beschaffenheit müßten im Frühjahr und Herbst weniger nahrhafte Speisen, mehr Vegetabilien, und viel säuerliche wärrichte Getränke zu sich nehmen; so würden sie des Aderlassens, und mancher andern Beschwerden überhoben seyn. Salzige und säuerliche Abführungen bekommen ihnen sehr gut [§. 192.], aber keine stärkende Diät und bittere Arzneimittel.

§. 150.

Auch findet man, insonderheit unter den Weibleuten, saftlose, erschlaffte, und schleimigte Körper-

beschaffenheiten, bei denen ein phlegmatisches Temperament und schwaches Nervensystem wahrgenommen werden. Die Gesichtsfarbe ist bleich, fahl und unrein; der Körper hat eine marmorartige Kälte, und scheint oft wie beleibt, ist aber mehr aufgedunsen. Sie haben einen schwachen Magen, vielen Schleim in den ersten Wegen und in den Lungen. Sie sind empfindlich, und zu Husten, Erkältungen, Verstopfungen oder Durchfällen, Schleimfiebern, hysterischen und hypochondrischen Beschwerden, Krämpfen, Wassersuchten, Engbrüstigkeit, Nervenzufällen, Stetflüssen, Würmern und langwierigen Krankheiten geneigt. Diese reizbare Konstitution muß sowohl im gesunden als kranken Zustande, ganz wie das zarte Kindesalter, im ersten und zweiten Jahr behandelt werden. Man muß hier immer die Schlaffheit, Verschleimung, den Mangel thierischer Wärme, und der Selbstbewirkbarkeit der Natur berücksichtigen *). Mit Brech- und Purgier-Mitteln darf man nicht lange warten bei ihren Krankheiten; weil sie leicht die Kräfte verlihren, und ihre Säfte zu sehr verschleimen. Ueberhaupt muß man vorsichtig, und nicht lange, lösende und schwächende Arzneien geben; weil ihre meisten Zufälle von einer direkten Schwäche herrühren. Sie erfordern auch, nach ihren Krankheiten, einen längern Gebrauch stärkender und schleimzerstörender Arzneien, weil sie sonst leicht Rückfälle bekommen. Dergleichen Mittel sind: die Wurzel

*) Man merke sich dies bei der körperlichen Erziehung und Krankheiten der Kinder, jedoch ist bei Kindern mehr Wärme und Reizbarkeit, und erhitzende und reizende Mittel sind mithin bei ihnen seltener anwendbar.

der bitteren Kreuzblume, das Kraut des Andorns, Gänserichs, das Tausendguldentraut, die Vermuthstropfen, die Abkochung der Bruchweidenrinde, und der Eichelkaffe. Rhabarber, seifenartige, harzige, zusammenziehende, und bittere Mittel, können sie sehr gut vertragen, aber keine salzigen und erschlafenden Arzneien. Sind sie zu Verstopfungen geneigt; so könnte man ihnen nach Unzer 8 bis 14 weiße Pfefferkörner, täglich des Morgens oder Abends einzunehmen, anrathen, denen aber, welche oft Diarrhöen haben, wäre der Eicheltrank zuträglich.

§. 151.

Solchen Konstitutionen sind Fleischspeisen, leichte, nicht blähende Pflanzenkost, und unter diesen besonders der Kettigsaft zuträglich; Fische, viel Brodt, und überhaupt Mehlspeisen aber äußerst nachtheilig. Kalte Bäder bekommen ihnen nur dann gut, wenn die Erschlaffung nicht zu groß, der Schleim nicht zu zah, und in zu großer Menge zugegen ist; doch muß man manchmal auch hier, oft aus zweien Uebeln das kleinste wählen, wenn nur kein kaltes Fieber nach ihnen erfolgt. Laue Bäder, mit der Weiden- und Eichenrinde, mit nervenstärkenden Kräutern, als Kamillen, Liebstof, Majoran, Weisfuß, öftere nicht zu starke Bewegung in warmer Luft, ohne großen Krafteaufwand, wie Schaukeln, Fahren, Reiten, kleine Reisen, sind ihre besten Stärkungsmittel. Sie müssen sich dabei ganz allmählig gewöhnen, immer stärkere Reize zu vertragen, und die Verdauung auf alle mögliche Weise, durch bittere, magenstärkende Arzneien zu unterstützen suchen. Mit der Zunahme der Stärke des Körpers, ist immer mehr Aufenthalt in freier Luft zu empfehlen. Wer jedes rauhe Lustchen meidet, wird leicht ein Zärtling;

so wie im Gegentheil ein Abgehärteter erkrankt, wenn er eine eingezogene, verzärtelnde Lebensart wählt. Das Waschen des Morgens mit kaltem Wasser, dient sehr zur Abhärtung des Körpers.

XII. Von dem Charakter, Fähigkeiten, und Vorurtheilen der Landleute.

Folgen der Eindrücke der frühesten Kindheit §. 152. — Unbestimmter Charakter der Landleute §. 153. — Mangel großer Tugenden — ihre Geistesfähigkeiten §. 154. — Allgemeine Züge ihres Charakters — ihre Laster — Folgen dieser Laster §. 155. — Witz — Einbildungskraft — Aberglaube — Begriffe — Esprit de Corps der Landleute §. 156. — Nutzen der Kenntniß dieser Eigenheiten am Krankenbett §. 157.

§. 152.

Die Natur ist gut in ihren Anlagen und Kräften, wenn wir sie nicht selbst zu verunstalten suchen. Wir kommen ohne bestimmte Neigungen auf die Welt, unser Charakter entsteht in der frühesten Kindheit und Jugend, durch Beispiele und Eindrücke, welche dieses Alter durch irgend einen Sinn auffaßt, und durch das Mitgefühl der Nerven bewirkt werden. Durch diese Eindrücke erhalten unsere Neigungen die erste Richtung, die, wenn sie zur Gewohnheit werden, das Gepräge des moralischen Charakters bilden. Die ersten Perioden des Menschenlebens sind demnach die wichtigsten in der Erziehung, deshalb auch Loke,

Montagne und Rousseau die Jahre der Kindheit für die wichtigsten in der moralischen und physischen Bildung hielten.

§. 153.

Von der Gemüthsart unserer Landleute kann man zwar einzelne Züge, aber keinen bestimmten Charakter angeben. Diese Behauptung läßt sich eines Theils dadurch begründen, weil Liefland aus drei untermischten Völkerschaften, aus Iiven, Esten und Letten besteht; andern Theils, weil sie sehr verschiedenen Grundbesitzern zugehören. So verschieden oft ihre Verhältnisse sind, so verschieden wird auch ihr Charakter angetroffen.

§. 154.

Unter allen Menschenklassen giebt es Lasterhafte und Gute; weniger auffallend muß es demnach seyn, wenn man das moralische Gefühl, unter den hiesigen Landleuten nicht sehr verfeinert antrifft. Es herrschen unter ihnen keine großen Tugenden, daher vielleicht auch ihre Sprache einige nur durch Umschreibungen ausdrückt; allein, man bemerkt nicht selten Geistesfähigkeiten, die bei einer bessern Kultur wahrscheinlich dem Charakter einen andern Schwung geben würden. Nur Ueberzeugung geht bei dem Menschen in eine feste Handlungsweise über; der verdient also immer Nachsicht und Bedauern, der durch eine ungünstige Konkurrenz von Umständen nicht immer die beste hat.

§. 155.

Gutmüthigkeit, Selbstschätzung, Hang zum Hochmuth und zur Trunkenheit, Neigung zum Zorn

und zur Rachsucht, eine gewisse Neugier, Scheu, Mißtrauen und Gleichgültigkeit gegen Todesgefahren sind die allgemeinsten Züge ihres Charakters. Zudem ist der Echte noch kühn, unhöflich, zänkisch, unbarmherzig; der Letzte hingegen versöhnlich und schamhaft. Der größte Theil ist listig, lügenhaft, großsprecherisch, gleißnerisch-demüthig, falsch und widerspenstig; doch giebt es auch viele, die Treue und Ergebenheit gegen gute Herrschaften hegen. Untreue findet überhaupt mehr gegen ihre Herren und Deutsche statt; unter ihresgleichen ist sie eine seltene Untugend. Vermöge ihrer Körperbeschaffenheit sind sie träge, fahrlässig, und selten recht froh; doch setzen sie viel Vergnügen in Musik, Gesang, Tanz und Schaukeln. Der Wollust und Völlerei, besonders aber der Trunkenheit sind die allermeisten ergeben. Jung und alt, Weiber und Männer, sieht man an Sonn- und Festtagen betrunken, nur Dirnen und mitunter junge Weiber entziehen sich diesem Laster. So gar dem Säuglinge reicht nicht selten die Mutter Brandwein, wenn sie selbst welchen trinkt. Je älter sie werden, desto stärker trinken sie, und rauchen viel Tabak dabei. Durch dieses Laster verkürzt [wie schon im vierten Abschnitt S. 75. angemerkt wurde] ein großer Theil sein Leben, indem der Körper dadurch erhitzt, ausgetrocknet, und zu Entzündungskrankheiten, Blutflüssen, Schlagflüssen und Schwindsuchten geneigt gemacht wird. Sie erhalten dadurch frühzeitig ein so altes Ansehen, daß ein 25jähriger Mensch fast wie ein 40jähriger aussieht. Zuweilen wird sogar ihr Verstand davon abgestumpft, und es überfällt sie eine Art Wahnsinn, in welchem Ueberlassen das Hauptmittel ist; weil der Eretismus des ganzen Nervensystems dadurch wieder herabgestimmt wird.

Sie haben keinen Mangel an Witz, aber weniger Einbildungskraft, und sind insgesamt, bei der niederen Stufe der Kultur, auf der sie sich befinden, im höchsten Grade abergläubisch. Ihre sogenannten Aerzte, die meistens alte Weiber sind, bestärken sie in ihrem Aberglauben, und äußern, wie unsere promovirte und nicht promovirte Charletans, eine gewisse geheimnißvolle Miene und ekstatisches Wesen am Krankenbett. Nach ihrer einsörmigen Lebensweise, beschränkten Umgange, nach ihren Arbeiten und Beschäftigungen, haben sie wenige, aber so weit ihre Einsichten reichen, richtige Begriffe, und keine große Meinung von dem Verstande anderer Menschen. Sie handeln gemeiniglich eben so, wie der philosophische Menschenkenner Garve *) von den schlesischen Landleuten sagt, nach einem gewissen Esprit de Corps. Bei denen, die in den Wäldern wohnen, sieht man mitunter einfältige Leute. Die meisten haben aber gute Fähigkeiten, ein treues Gedächtniß, und Geistesgaben, die nur, wie Hupel sagt, auf Anlaß zur Entwicklung warten. Man hat Beispiele, daß sie sich mit vielem Glük auf Sprachen, Wissenschaften und Künste legten; aber man findet auch sonderbare Köpfe und Charaktere unter ihnen, die sich nicht beschreiben lassen, und wie schon Seneka von den Nordländern behauptet, ähnlich ihrem Himmelsstrich sind.

*) Christian Garve über den Charakter der Bauern etc. Diese gemeinnützige Schrift enthält sehr wichtige Bemerkungen, über die Mittel zur Verbesserung des moralischen Charakters der Bauern.

S. 157.

Den Charakter, Aberglauben, die Vorurtheile und Fähigkeiten solcher Leute, muß der Volksarzt eben so sorgfältig als ihre individuelle körperliche Beschaffenheit erforschen, weil sie ihm die besten Maximen an die Hand geben, ihr Zutrauen zu gewinnen, und oft wichtige Aufschlüsse über die Ursachen, Entstehung und Gang ihrer Krankheiten darbieten, nach welchen er seine Vorkehrungen und Heilarten einrichtet. Durch Mangel an Zutrauen wird zudem manches Gute behindert, welches ihnen sonst angeheißen könnte. In Entzündungen kann zuweilen das Zutrauen zum Arzt den Brand verhüten. Je schwerer die Krankheiten sind, desto reeller ist der Nutzen des Zutrauens; weil es nicht nur genauere Befolgung der ärztlichen Vorschriften, sondern auch Muth und Energie dem Leidenden zur Bekämpfung der Krankheit einflößt. Wie viel übrigens ein bestmöglichst ausgebildeter moralischer Charakter zur Gesundheit beitrage, und wie sehr jede Verstimmung desselben zu manchen körperlichen Uebeln vorbereite, würde hier zu weitläufig werden, auseinander zu setzen. Diejenigen Leser, die über diesen Gegenstand mehr zu wissen wünschen, mögen das schon angeführte Werk von Hufeland nachlesen *).

*) Die Kunst, das menschliche Leben zu verlängern.

XIII. Von dem Ehestande, der Empfängniß, und dem Verhalten während der Schwangerschaft.

Ehestand der Landleute §. 158. — Empfängniß — ihre Kennzeichen §. 159. — Unsichere und sichere Zeichen einer Schwangerschaft §. 160. — Verhalten der Mutter in der Schwangerschaft §. 161. — Verhütung aller Gemüthsbewegungen — insonderheit des Schreckens §. 162. Vermeidung jedes Drucks — Stößes — schweres Tragens — starker Anstrengungen — gewaltsamer Bewegungen — Erhitzungen u. s. w. §. 163. — Diät einer schwangern Person — Folgen der Hartleibigkeit und Leibesverstopfung §. 164. — Behandlung der Zufälle der Schwangern §. 165.

§. 158.

Gewöhnlich heirathen die Mädchen bei unseren Landleuten noch vor dem zwanzigsten, die Männer aber erst gegen das dreißigste Jahr. Diese Periode scheint auch für sie die schicklichste zu seyn. Das Leben im Ehestande ist bei ihnen zweckmäßiger, als bei der verfeinerten Menschengattung, und der Ehe hat für Heirathen, den schönen, dem Ehestande entsprechenden Ausdruck in seiner Sprache: ins Hülfsleben treten. Sie leben treu, und verrichten die meisten Arbeiten gemeinschaftlich. Sie sind fruchtbar in ihren Ehen, doch sieht man selten Bauern, die viele Kinder haben. Sie wissen wenig von einem gehörigen Verhalten während der Schwangerschaft; sondern verrichten alle schwere Arbeiten, bis die Geburtszeit herannahet. Da ein solches Benehmen ohnstreitig von schlimmen Folgen seyn muß, so will ich hier ei-

nige Vorsichtsregeln für das weibliche Geschlecht, während der Schwangerschaft, angeben.

§. 159.

Wann durch die Vereinigung der Geschlechter die ersten Keime zur Frucht im Schooß der Mutter zusammen schießen, so geschieht die Empfängniß des Menschen. Gemeiniglich ist ein Frauenzimmer am leichtesten empfänglich, wenn sie eben ihre Meneses gehabt hat. Was in dem Augenblick der Empfängniß in der Gebärmutter vorgeht, wissen wir nicht; nur so viel ist wahrscheinlich, daß der Muttermund sich alsdann zuschließt, um die erhaltenen Keime desto inniger in sich zu fassen. Man hat verschiedene Zeichen der Conception angenommen, die aber nicht allezeit bemerkt werden können, weil nicht jedes Frauenzimmer einen gleichen Grad von Empfindungsvermögen und Zartheit des Gefühls besitzt.

§. 160.

Selbst im ersten Monat sind öftere Uebelkeiten, das Ausbleiben der Reinigung, Anschwellen der Brüste, Brechen, Zahnschmerzen, ein dicker werdender Unterleib, und die fast immer durchs Befühlen sehr deutlich wahrnehmbare Rundung des Gebärmuttermundes, nicht allemal gewisse Zeichen einer wahren Schwangerschaft; weil eben solche Veränderungen auch Krankheiten, und eine falsche Schwangerschaft, mit einer Mola hervorbringen. Werden aber in den folgenden Monaten diese Zeichen immer stärker, die Brüste voller, der Unterleib gespannter, läßt sich die Gebärmutter äußerlich wie ein Klumpen anfühlen, oder läßt sich beim Untersuchen in der Mutterscheide, ein leicht in die Höhe zu drückender runder Körper,

der Kopf des Kindes, bemerken, und im fünften Monate die Bewegungen des Kindes spüren; so kann freilich nicht länger an einer wahren Schwangerschaft gezweifelt werden.

§. 161.

Es ist vielleicht desfalls gut, daß die Merkmale der Schwangerschaft im Anfange so ungewiß sind, um bei unehlichen Empfängnissen die frühzeitige Abtreibung der Frucht zu verhüten. Bei dem geringsten Anschein der Schwangerschaft ist es aber doppelte Pflicht der Mutter, durch eine schikliche Lebensordnung sich gesund zu erhalten; weil die Leibesfrucht mit der Mutter in einer solchen Verbindung steht, daß jeder Fehltritt, jede unordentliche Lebensweise, gemeinschaftlichen Einfluß auf die zarte Leibesfrucht hat. Das schuldlose Kind muß dann das mit entgelten, und nicht selten zeitlebens dafür büßen, was während dieser Zeit eine leichtsinnige Mutter versah. Unzählige Erfahrungen von solchen Thatfachen, und tägliche Beispiele lehren demnach, wie nothwendig es sey, in diesem Zeitpunkt ein richtiges Verhalten zu beobachten.

§. 162.

Die erste Regel in diesem Zustande ist: daß man alle Gemüthsbewegungen, besonders den Schrecken und Zorn zu vermeiden sucht. Im zehnten Abschnitt habe ich bereits angegeben, wie man sich gegen die Anlagen zu solchen Gemüthsbewegungen schadlos hält; hier will ich nur dies noch hinzufügen, daß manche, als Traurigkeit, nicht selten durch Vorurtheile, bei dem Aberglauben und Wahrsagen der Bauern von künftigen Entbindungen, hervorgebracht werden, welche am besten

die Prediger ihres Orts zu vertilgen im Stande sind.

§. 163.

Eine zweite Regel ist: daß man während der Schwangerschaft, jeden Druck auf den Leib, als enge Kleider, schwere Hüfte, alles Stoßen, schweres Tragen, Heben, Ueber sich langen, alle starke Anstrengungen, als Dreschen, Rollen, gewaltsame Bewegungen des Körpers, und den unmaßigen Beischlaf verhüte. Besonders muß man sich vor Erhitzungen, hohem Sprung und springenden Tänzen in Acht nehmen. Eine sitzende Lebensart ist aber deswegen nicht weniger schädlich, und mäßige Bewegungen unumgänglich notwendig für den Körper. Die Hüfte müssen an Trägern über die Schultern hängen, und nicht mit Bändern oder Haken um den Leib befestigt werden.

§. 164.

Die dritte Regel, wider welche am öftersten gesündigt wird, besteht darin: daß eine Schwangere eine gute Diät ausübe, das heißt, daß sie weder den Magen überlade, noch solche Speisen zu sich nehme, die ihr nach ihrem Wissen und ihrer individuellen Beschaffenheit nicht wohl bekommen; oder die außerordentlich schwer zu verdauen sind. Dergleichen Speisen sind Käse, Erbsen, hartgefotene Eier, Schweinefleisch und alle fette Speisen. Wenigstens muß sie dergleichen Nahrungsmittel sehr mäßig genießen, wenn sie keine Beschwerden darnach fühlt, und sie gänzlich meiden, wenn sie bald ihre Niederkunft erwartet. Brandwein ist wegen seiner erhitzenden Eigenschaft, und schlechtes Bier aus dem

Grunde nicht rathsam, weil es leicht Durchläufe erregt. Keine Vorschrift ist übrigens wichtiger, als sich während dieser Zeit vor Hartleibigkeit und Leibesverstopfung zu hüten; weil durch nichts mehr gefährliche Niederkünfte erfolgen, als durch angehäuften Unreinigkeiten im Unterleibe. Die Leibesverstopfung wird oft durch Stuhlzäpfchen aus Seife und Honig, am geschwindesten aber durch Clystiere gehoben.

§. 165.

Bei Zufällen und Krankheiten der Schwangeren muß man äußerst vorsichtig mit brechennerregenden und purgirenden Arzneien zu Werke gehen, weil sie leicht einen Abort bewirken können. Gegen die gewöhnlichen Uebelkeiten und Neigungen zum Brechen der Schwangeren sind öftere Gaben, etwa aller Stunden einen kleinen Theelöffel voll, von Weinsteinrahm heilsam. Bei manchen Beschwerden der Schwangeren ist der Gebrauch der Arzneien überhaupt unnütz; weil man aus Erfahrungen weiß, daß sie oft den besten Mitteln widerstehen, und nicht eher, als nach der Niederkunft, weichen. Selbst die sogenannten Hausmittel, als Salz mit Wasser, bei einem verdorbenen Magen, müssen in einem solchen Zustande sehr behutsam angewandt werden.

Das Aderlassen ist nur bei wahrer Vollblütigkeit zuträglich, welche man gemeinlich aus einem vollen Pulse, starker Neigung zum Schlaf, Ballungen, Schwere in den Gliedern, Kopfschmerzen, glühender Gesichtsfarbe des Morgens gleich nach dem Schlaf, rothen Augen, Zucken, und leicht rothwerdender, spannender Haut erkennt. Sehr nothwendig ist das Aderlassen bei solchen Personen, die vollblütig

sind, und schon ehemals Aborten erlitten haben, insbesondere wenn sich Blutflüsse, oder ihre Monatszeit während der Schwangerschaft mit Kreuzschmerzen einfindet. Gemeiniglich sind dergleichen Schwangere auch mit Zahnschmerzen, Bluthusten, oder Hämorrhoiden behaftet. Ungesäumt muß man in solchen Fällen am Arm, aber niemals am Fuß zu Ader lassen. Dabei muß die Schwangere, wenn sie einen Abort befürchtet, eine horizontale Lage auf dem Rücken, die größte Ruhe, und eine säuerliche, leichte, kühlende Diät beobachten. Aber es können auch Blutflüsse von Schwäche entstehen, die eine entgegengesetzte Heilart erfordern. Sie müssen daher eigentlich nur von einem verständigen Arzt behandelt werden. Schwächliche, bleichsüchtige, fasslose Frauenzimmer, können sich und ihrer Frucht durch eine unnöthige Aderlasse Kräfte rauben, von der die Folgen schlimme Wochen, und schwache Kinder zu sehn pflegen. Daher bringen auch diejenigen Mütter, welche öftere Blutflüsse, oder ihre Reinigung während der Schwangerschaft haben, insgemein Schwächlinge zur Welt. Gegen die Gelbsucht der Schwangeren ist täglich ein Paar Eierdotter mit Wasser verdünnt, anzurathen. Wider das Eod-brennen dient ein Theelöffel voll Magnesia, mit Wasser genommen, wider Zahnschmerzen, ein Blasenspaster hinter das Ohr, oder auch das Ansetzen der Blutigel an diese Gegend. Wenn dergleichen Mittel nichts fruchten, so kann der Zahn, wenn er gut zu fassen und verdorben ist, ausgezogen werden.

Die Wassergeschwulst der Füße vergeht durch Räucherungen von Wachholderbeeren, Colophonium, oder von dem Dunst von angezündetem Brandwein. Die Urinverhaltung einer Schwangeren wird oft durch

eine Lage auf dem Rücken, oder durch die Anwendung des weiblichen Katheters gehoben. Der Katheter ist aber nicht selten unnöthig, wenn man die Gebärmutter vorsichtig mit ein Paar Fingern in die Höhe hebt, oder auch blos den Muttermund behutsam von dem Halse der Blase abwendet, und ihn mehr gegen die Mitte des Beckens bringt. Diese Hülfe kann aber nur ein Kunstverständiger leisten. Oft entsteht eine gänzliche Urinverhaltung von Krämpfen, deren Behandlung im praktischen Theil, S. 513., angezeigt wird.

XIV. Von den Entbindungen, und der körperlichen Erziehung bei den Landleuten.

Bemerkungen über das gewöhnliche Verfahren bei den Entbindungen der Landleute S. 166. 167. — Beschreibung einer herannahenden Niederkunft — Verrichtungen, die bei einer natürlichen Geburt statt finden S. 168. 169. — Verrichtungen gleich nach der Geburt des Kindes — Fehler, welche unwissende Hebammen sowohl während, als nach der Geburt zu begehen pflegen — Verhütungs-, Vorschläge S. 170. — Vollendung der Entbindung — Verhalten der Mutter nach der Entbindung S. 171. — Behandlung der Mutter und des neugeborenen Kindes — bei widernatürlichen Zufällen S. 172. 173. — Weitere Erörterung des Verhaltens einer Kindbetherin S. 174. — Bei dem Milchfieber S. 175. — Bei der Kindbettreinigung S. 176. — Die Pflege des Kindes S. 177. — Fehler beim Stillen und der körperlichen Erziehung der Kinder S. 178. 179. — Heilmittel — verderbliche G:

wohnheiten in den ersten Jahren der Erziehung §. 180.
 — Erklärung der Körperbeschaffenheit, und der richtigen
 Behandlung der Kinder §. 181.

§. 166.

Die Entbindungen werden meistens in den
 Badstuben, durch Hülfe alter Weiber verrichtet;
 weil sie keine gelernte Hebammen haben. Die mei-
 sten gehen glücklich von statten. Bei schweren Ge-
 burten geben sie aber der Gebärenden allerlei unna-
 türliche Lagen, die schädlich und quälend sind. Man
 kann gemeiniglich eine unglückliche auf zwanzig glük-
 liche Geburten rechnen.

§. 167.

Die Lettinnen werden im Bett entbunden. Die
 gewöhnlichste Lage der Ehstinnen ist, wie Hupel be-
 schreibt, folgende: der Gebärenden liegt Heu oder
 Stroh zwischen den Füßen, sie aber hält sich stehend
 an dem Bettgestell, oder sonst irgendwo an. Bei
 den Wehen beugt sie sich fast bis auf die Knie, indem
 sie den Unterleib nach hinten neigt, damit das Kind
 auf das untergelegte Stroh hin falle. Die Gehülfin
 empfängt auf den Knien das Kind, wenn sie einen
 Unfall befürchtet; viele schütten es aber ohne Bei-
 hülfe auf das Stroh. Das Kind kann auf die Art
 vielleicht ohne Schaden zur Welt kommen, die Mut-
 ter sich aber leicht Blutstürze und Muttervorfälle zu-
 ziehen. Diese Krankheiten sind auch wirklich nicht
 selten bei ihnen; weil die Nabelschnur bei einem sol-
 chen Ausschütten auf das Stroh, oft zu sehr ausge-
 dehnt wird.

Bei schweren Geburten setzt sich die Gebärende auf den Schooß ihres Mannes, oder sie binden einen Gurt über den Querbalken der Stube, worauf sie sich mit dem Unterleib legt, um auf die Art, durch einen Druck nach unten, die Geburt zu befördern. Auf eine solche Weise glauben sie, in schweren Geburten, sich zu helfen, welches natürlich von traurigen Folgen seyn muß. Es ist mithin freilich ein dringendes Bedürfniß, ihnen einen bessern Hebammen-Unterricht zu ertheilen; dieser müßte aber vorjezt noch nicht durch eigene für sie bestimmte Bücher und Kupferstiche, wie ohnlängst ein Arzt den Vorschlag that; sondern durch Anlegung einer Hebammen-Schule ins Werk gerichtet werden. Sie müssen sictliche und manuelle Anweisung haben.

Anschauung ist, wie ein philosophischer Schriftsteller sagt, die Grundlage aller Erfahrungs-Begriffe; sie liefert den Stoff zu ihnen, und verbürgt ihre Realität. Damit man aber in den Stand gesetzt sey, schädliche Vorurtheile auszurotten, und ihre Begriffe über Entbindungen einigermaßen aufzuhebeln; so will ich hier die ganze Verrichtung einer natürlichen Geburt beschreiben.

§. 168.

Die herannahende Niederkunft offenbart sich durch einen stark gesunkenen Leib, durch einen schleimigten Ausfluß aus der Mutterscheide, durch öfteren Trieb zum Uriniren, durch ein Gefühl von Müdigkeit, durch Wallungen, und endlich durch schmerzhaftes Zusammenziehungen der Gebärmutter, die man Wehen nennt. Durch diese Wehen wird das Kind zur Welt gebracht.

Die Wehen werden in wahre und falsche eingetheilt. Wahre sind gleichförmige Zusammenziehungen der Gebärmutter; falsche, mehr krampfartige Empfindungen, welche insgemein in Verstopfung der Leibesöffnung, Unrath, Blähungen, oder in irgend einem Fehler in den Eingeweiden ihren Grund haben, und manchmal viele Stunden vor der Geburt entstehen. Da die falschen Wehen die Geburt nur aufhalten, und die Schmerzen sehr vermehren; so thut man wohl, wenn man in solchen Fällen Kamillenthee trinken läßt, und ein Clystier aus Haberschleim und Kamillen, mit einem Theelöffel voll Salz, und einem Paar Eßlöffel voll Oel der Gebärenden setzt, um Leibesöffnung zu schaffen, und die Ursachen solcher Wehen aus dem Wege zu räumen. Ueberhaupt muß jeder Gebärenden zu dieser Zeit der Mastdarm von Unrath gereinigt werden, und man muß ihr rathen, auch ihren Urin zu lassen, damit dem Kinde mehr Platz zum Durchgange ist. Sind die falschen Wehen in einem ungewöhnlichen Grade schmerzhaft, halten sie zu lange an, so ist zeitig der Rath eines Geburtshelfers einzuholen.

§. 169.

Das erste Zeichen von den wahren Wehen, ist die Oeffnung des Muttermundes. Sobald dieses Zeichen erscheint, muß die Gebärende die Wehen verarbeiten, das heißt, sie muß bei jeder Wehe den Kopf in die Brust biegen, den Athem an sich halten, und entgegen drängen, als ob sie die natürliche Verrichtung zu Stuhl bewirken wollte. Diese Verarbeitung der Wehen wird dadurch unterstützt, wenn sie sich mit beiden Händen irgendwohin fest halten, und mit Händen und Füßen stemmen kann. Sie darf aber Anfangs, wann der Muttermund noch nicht sehr

erweitert ist, die Wehen nur mäßig verarbeiten, um die Kräfte zu schonen, insonderheit wenn sie eine Erstgebärerinn ist. Nach der Wehe kann sie sich wieder einer ihr selbst beliebigen Lage bedienen. Jedoch ist alles Hin- und Herwerfen zu widerrathen, weil die Geburt dadurch verzögert und beschwerlicher gemacht wird.

Die beste Lage zur Geburt ist meistens im Bett sitzend, mit gebogenen Knien, so, daß der Rückgrad worauf ruht und unterstützt wird. Je tiefer der Kopf des Kindes dringt, desto liegender wird die Lage eingerichtet, und zuletzt, wenn er schon im Ausgang des Beckens tritt, fast ganz horizontal gemacht. Die Wehen äußern sich, während der Geburt, immer von Zeit zu Zeit. Mit dem Wiederkommen der Wehen wird die Oeffnung des Muttermundes immer größer, und wenn sie ohngefähr die Größe eines Thalers hat, so stellt sich die Blase vor, die bei jeder Wehe gespannt, und beim Nachlasse derselben wieder schlaffer wird. Jetzt muß die Gebärende in die beschriebene Lage gebracht werden, und unverändert immer kräftiger die Wehen verarbeiten. Je tiefer die Blase kommt, desto mehr wird sie gespannt. Sie platzt bald darauf, und macht durch die in ihr enthaltene Feuchtigkeit die Geburtstheile schlüpfrig. Nun rückt aus der Blase der Kopf des Kindes immer tiefer, bis er in die Mutterscheide, und zuletzt durch die äußeren Geburtstheile kommt, wornach sogleich das Kind geboren ist.

Einige Gebärende haben in dem letzten Augenblick einen Trieb zu Stuhl zu gehen, und verarbeiten alsdann nicht die Wehen; weil sie eine Verunreinigung befürchten: allein dieses fühlende Bedürfniß des Stuhlgehens ist bloß scheinbar. Es entsteht vom

Druck auf den Mastdarm, und man würde sie oft in einer solchen Lage gebären sehen, wenn man ihrem Willen nachgäbe, und sie zu Stuhl gehen ließ. Ohne Rücksicht auf diese Empfindung zu nehmen, muß sie die Wehen verarbeiten, und in ihrer gehörigen Lage bleiben.

§. 170.

Dies ist der Gang der natürlichen Geburt, bei der gar kein anderer Handgriff, als das Kind zu empfangen, nöthig ist. Die Gehülfin muß jetzt das Kind zwischen den Füßen der Mutter, auf dem Schooß halten, damit der Nabelstrang nicht gespannt werde. Die Nabelschnur wird nun mit fünf bis sechs zusammen gelegten Zwirnsfäden unterbunden, welches ohngefähr zween Zoll, oder drei bis vier quersingerbreit vom Leibe des Kindes gemessen, geschieht. Darauf schneidet man mit einer Scheere, einen Daumen breit über dem Verband, nach der Mutter zu, die Nabelschnur entzwei, wäscht das Kind in einem lauwarmen Bade sorgfältig ab, untersucht dabei genau alle Theile des Körpers, ob keine Beschädigungen oder Gebrechen am Kinde sind, und verpflegt es wie gewöhnlich. Bei dieser Pflege ist der Verband des Unterleibes, bis zum Abfall des Nabelstrangs die wichtigste. Es werden zwei Compressen dazu erfordert. In der einen macht man in der Mitte ein Loch, um den Nabelstrang durchzustekken, den man hierauf nach der linken Seite des Bauchs zudreht. Hierüber legt man die zweite Compresse, und befestigt beide mit einer Binde, welche einigemal um den Bauch des Kindes gewunden wird. Der Nabelstrang fällt gemeiniglich den vierten, fünften, oder achten Tag ab, und vernarbt sich. Der Verband muß aber demohngeachtet noch einige Wochen fortge-

setzt werden; damit in der Zukunft ein Nabelbruch oder Geschwür vergütet werde. Das Kind wird jetzt bekleidet, einfach gewickelt, und so reinlich als möglich gehalten. Bei diesem Geburtsgeschäfte hat die Hebamme demnach nichts weiter zu thun, als: 1. höchstens einigemal den Muttermund zu untersuchen, um die Zeit der Verarbeitung der Wehen, und die Lage des Kindes zu erfahren; 2. das Kind zu empfangen, und die Nabelschnur zu unterbinden; und 3. die Nachgeburt heraus zu holen. Unwissende Hebammen begehen aber nicht selten folgende Fehler: 1. lassen sie die Wehen, wenn sie noch keine wahre Wehen sind, zu früh verarbeiten, schwächen mithin die Schwangere, und erschweren dadurch die Geburt dergestalt, daß hernach oft nicht Kräfte genug zur Verarbeitung der wahren Wehen sind, worauf zuweilen tödliche Mutter-Entzündungen erfolgen. Eine solche Mutter-Entzündung hab' ich selbst zu behandeln gehabt, von der die Sechswöchnerin dennoch gerettet wurde. Sie war zwei Tage zuvor unnütz angestrengt worden, indem die Hebamme sagte: die Blase wäre schon geplatzt, nachher zeigte sich aber bei einer genauen Untersuchung den dritten Tag, daß die Blase noch nicht geplatzt war; 2. wissen sie oft nicht, ob die Lage des Kindes gut oder übel ist, und strengen die Gebärende zur Geburtsarbeit an, obgleich sich das Kind in keiner natürlichen Lage befindet. Diese Ignoranz kann eine Ruptur der Gebärmutter verursachen, davon Haller ein Beispiel in einem Programm beschreibt, das in seinen Opusc. pathol. Observ. X. L. VI. p. III. abgedruckt ist. Der Uterus zerreißt nemlich, wenn das Kind schräg nach einer Seite hinliegt, und der Kopf nicht auf dem Hals der Gebärmutter steht, sondern nach einer Seite hin gedreht ist. Wenn unter solchen Umständen die Gebä-

rende zur Verarbeitung der Wehen angestrengt wird; so verschwendet sie mit unsäglichen Schmerzen ihre Kräfte, und sowohl sie als das Kind können dadurch tödliche Verletzungen erleiden. Die Gebärmutter wird immer mehr ausgedehnt, zuletzt so dünn, daß sie entzwei reissen muß. 3. Haben die Hebammen zuweilen die abscheuliche Gewohnheit, mit der ganzen Hand in die Muterscheide einzufahren, und bei schweren Fällen sogar Theile zu zerreißen, die tödliche Folgen oder Fisteln zurücklassen. 4. Haben sie das Vorurtheil, daß die Nachgeburt sogleich nach dem Kinde folgen müsse, und wenn es nicht geschieht, so ängstigen sie die Gebärende, und prophezeihen einen tödlichen Ausgang der Geburt. Manchmal verlassen sie die Gebärende, wie mir selbst Fälle bekannt sind, oder sie zerren an der Nabelschnur, und verursachen eine tödliche Entzündung und Vorfall der Mutter. Um Mißhandlungen der Art vorzubeugen, müßten überall unterrichtete und beeidigte Hebammen seyn, und man müßte strenger auf die sogenannten Hebammen-Ordnungen halten, die zu dem Ende nicht blos Aerzten, Richtern und Polizybeamten; sondern durchgängig allen Ständen jährlich allgemein bekannt gemacht werden sollten.

§. 171.

Bald nach der Geburt des Kindes, oft gleich darnach, löst sich der Mutterkuchen, kommt nach einigen Wehen mit allen Häuten heraus, und nun ist die Entbindung vollendet. Man unterstützt hierauf den Leib der Mutter mit einer breiten Binde oder Handtuch; weil er sich mit der Gebärmutter allmählig wieder zusammen zieht. Dieser Verband darf nicht zu fest seyn; sondern muß sich nach der Zusammenziehung der Gebärmutter richten. Weit zweckmäßiger

sind zu diesem Behuf zusammengelegte Bettlaken, die [ohngefähr 8 bis 9 Pfund schwer] auf den Unterleib gelegt werden. Nunmehr thut die Gebärende wohl, wenn sie sich auf den Rücken mit fast ausgestreckten, angeschlossenen Beinen legt, sich ganz ruhig verhält, oder schläft, um Kräfte zu schöpfen. Wenigstens muß man alles Reden verbieten, und Körper- und Seelenruhe befördern.

S. 172.

Zu diesem Entzwek dient auch die Regel, daß man die Mutter nicht erschreckt, und in dem ersten Augenblick nichts davon sagt, wenn das Kind einen Schlagfluß, oder Ohnmacht, oder sonst irgend ein Leibesgebrechen hat. So etwas muß entweder eine geschickte Hebamme, oder ein Wundarzt, sogleich abzuhelpfen suchen. Zuweilen verschließt ein kleines schleimigtes Häutchen den After, welches eine Hebamme leicht mit einem Finger wegdrücken kann. Der Todtschein bei Kindern rührt entweder von einem Schlagfluß oder Ohnmacht, oder von stoffenden Feuchtigkeiten in der Luftröhre her.

Der Schlagfluß wird bei einem Kinde, das sehr roth ist, hervorgetriebene Augen, und ein blaues aufgedunsenes Gesicht hat, oft dadurch gehoben, wenn man etwas Blut aus der Nabelschnur laufen läßt, es in ein lauwarmes Halbbad setzt, das Gesicht mit kaltem Wasser besprüzt, und die Zunge mit einigen Salzkröchen reibt. Hat das Kind aber eine Ohnmacht, ist es blaß, schlaff, schwach; so wird es über den ganzen Körper mit der flachen Hand gerieben, und im Gesicht und der Herzgrube mit kaltem Wasser besprüzt. Ist dies unzulänglich, so legt man das Kind auf den Fußboden, steigt nebenbei

auf eine Bank oder auf einen Stuhl, und tröpfelt kaltes Wasser aus einem Theekessel, so hoch es im Zimmer angeht, auf die Herzgrube des Kindes. Zeigen sich darnach noch keine Zeichen des Lebens, so wiederholt man dieses Tropfbad noch mehrere Male auf die nemliche Art, bis man den erwünschten Entzweck erreicht. Oft pflegt das Kind, noch vor dem dritten Male, wieder zu sich zu kommen. Auch dienen in solchen Fällen zerquetschte Zwiebeln, oder Knoblauch; oder Riechgeist vor die Nase gehalten, und wenn das Kind schlingen kann, 1 bis 2 Theelöffel voll von gleichen Theilen Rhabarbersaft, mit Meerzwiebelhonig; oder, wenn der Leib nach unten hart ist, ein lauwarmes Clystier aus Kamillenthee, mit etwas Del und Salz vermischt. Die Lebenszeichen sind: Rothwerden und Bewegung des Mundes, Stöhnen, Gewimmer, Aufschlagen der Augen. So bald das Kind wieder leblos scheinen sollte; so muß man wie zuvor verfahren, doch nicht zu stürmisch, weil bei einem schwachen Kinde die Schwäche leicht dadurch vermehrt werden kann. Alle überflüssige Menschen müssen bei dieser Verrichtung entfernt werden; weil das Umstehen vieler Personen dem tod-scheinenden Körper vieles Sauerstoffgas entzieht. Herr Herhold in Kopenhagen hat neuerlichst noch eine wichtige Entdeckung über die Ursache des Scheintodes der neugebornen Kinder gemacht. Das Schafwasser soll zuweilen vor der Geburt in die Luftröhre dringen, und dadurch den freien Eintritt der atmosphärischen Luft in die Lunge verhindern. Die Reini-gung des Mundes von Schleim, ist mithin in solchen Fällen nicht hinreichend; sondern man muß dem Kinde eine solche Stellung geben, daß das Wasser heraus laufen kann. Auf diese Art hat der Entdecker im Jahr 1798 von 13 Kindern 12 zum Leben gebracht.

Man muß also nicht nur den Mund des Kindes in solchen Fällen reinigen; sondern es auch auf den Bauch legen, und den untern Theil des Körpers höher als den obern Theil halten, damit das Schafwasser aus der Luftröhre herausfließen kann.

§. 173.

Zuweilen kommen nach einer zögernden Geburt Kinder mit einer Art Kopfgeschwulst, oder länglicht zusammenge-drucktem Kopf zur Welt. Diese Unförmlichkeit vergeht oft in den ersten Tagen wieder, und kann süglich der Natur überlassen werden. Will sie sich nicht bald verlieren; so pflegt eine Compresse mit Brandwein befeuchtet, zur Zertheilung derselben hinreichend zu seyn. Findet man, daß irgend ein Glied verdreht, oder gar gebrochen ist; so wird es sogleich verbunden, und nach den Vorschriften behandelt, die der praktische Theil angiebt.

§. 174.

In den ersten 24 Stunden fließt fast lauter Blut aus der Gebärmutter, welches nachher immer blasser wird. Man nennt diesen Abfluß die Lochia, oder die Kindbettreinigung. Damit von ihr das Bett nicht naß werde, werden zusammengelegte gewärmte Tücher unter die Entbundene gelegt.

Zur Stillung des Durstes dient eine Hafer- oder Gersten-Abfachung, oder der gewöhnliche Kamillentheee. Die Brüste werden mit einem etwas gewärmten weichen Tuch bedekt, um die nöthige Wärme zu begünstigen. Die übrigen Bedeckungen und Kleidungen müssen nicht schwer und ängstlich seyn, doch so, daß die Arme bedekt sind. Das Regimen und die Diät einer Wöchnerin sind beinahe von eben der

Beschaffenheit, wie ich bei der Schwangerschaft angezeigt habe, ausgenommen, daß sie sich nicht vor Beendigung des Milchfiebers vieler Bewegung und der freien Luft überlassen darf. Insonderheit muß sie sich in den ersten Tagen vor schweren, blähenden und starknährenden Speisen in Acht nehmen, weil die Nerven, mithin auch die Verdauungskräfte angegriffen sind, und nach solchen Ausschweifungen insgemein ein sehr heftiges Milchfieber entsteht.

§. 175.

Die Kindbettreinigung pflegt gegen den zweiten, dritten, vierten Tag, oder auch später, und manchmal, wenn nemlich das Milchfieber eintreten will, insgemein etwas schwächer zu werden, oder wohl gar auf eine kurze Zeit aufzuhören. Bei einigen ist das Milchfieber sehr gering, bei andern aber, insonderheit wenn Diätfehler vorhergegangen sind, so stark, daß ihnen die Luft dabei vergehen will, und fürchterliche Beängstigungen und Beklemmungen entstehen. Junge, vollsäftige Wöchnerinnen thun demnach sehr wohl, wenn sie an dem Tage, an welchem das Milchfieber kommt, der sich gemeiniglich schon vorher durch Ziehen zwischen den Schulterblättern und Verminderung der Lochien ankündigt, sehr wenig, oder fast gar nichts essen.

Das Fieber beginnt mit einem leichten Schauer oder Frost, der abwechselnd vergeht und wieder anwandelt; darauf kommt Hitze, Kopfschmerzen, ein etwas beengter Athem und Beklemmung. Die Kranken klagen auch dann über eine schmerzhaft empfindung im Rücken und den Schulterblättern, die sich unter den Armen nach den Brüsten hinzieht. Der Puls ist Anfangs klein und zusammengezogen,

wird aber allmählig freier, und hebt sich dabei. Meistentheils bricht das Fieber nach Mittage oder gegen Abend aus, und pflegt gegen die Nacht wieder nachzulassen.

Mit dieser Fieberbewegung tritt die Milch in die Brüste, und die Absonderung der Milch ist die Krise des Fiebers. Es pflegt gemeiniglich den zweiten und dritten Tag, doch weit schwächer als das erste Mal, und oft ganz unmerklich, wieder zu kommen. Die Brüste sind nun von Milch ausgedehnt, die Lochia zeigen sich wieder stärker, und mit ihrem Aufhören beendigt die Natur in einigen Wochen das ganze Entbindungswesen.

§. 176.

In den ersten Tagen pflegt ihr Abfluß fast ununterbrochen fortzudauern, hernach bald schwächer bald stärker zu fließen, von Zeit zu Zeit längere Pausen zu machen, und am Ende gänzlich aufzuhören. Sollten sie aber zu schwach fließen oder gar zu lange aussetzen, welches selten geschieht, und darnach Beschwerden erfolgen; so ist ein Aufguß von Beifuß, oder Raute, oder der Färberröthe-Wurzel, als Thee getrunken, dienlich; und die weitere Behandlung zu beobachten, welche der praktische Theil anführt. Uebrigens ist das Milchfieber ohne alle Gefahr, und erfordert gar keine Arzneimittel; wenn man nur dafür sorgt, daß eine Frau nicht mit Leibesverstopfung und angehäuften Unreinigkeiten ins Kindbett kommt.

§. 177.

Das neugeborne Kind wird Anfangs warm gehalten, weil es noch nicht an die Luft gewöhnt ist, und jede geringe Erkältung leicht Gelbsuchten, und

im höhern Grade, die so oft tödlichen Kinnbackenkrämpfe nach sich ziehet. Das Tageslicht muß ihm in der Wiege nicht von der Seite; sondern gerade von vorne oder von hinten in die Augen fallen, damit sein Gesicht nicht zum Schielen gewöhnt werde. Ueberhaupt darf das Zimmer nicht zu hell seyn, damit das Auge nicht geschwächt; sondern nur allmählig an stärkeres Licht gewöhnt wird.

§. 178.

Das Kind wird, wenn die Mutter Milch hat, gleich einige Stunden nach der Geburt angelegt. Kann es nicht saugen und die Zunge gehörig bewegen, so ist dies ein Zeichen, daß das Bändchen unter der Zunge zu weit angewachsen ist, welches man leicht mit einer kleinen Scheere lösen kann. Ist aber noch keine Milch in den Brüsten, so giebt man ihm etwas Kamillenthee, und führt, wenn es verstopft ist, die Unreinigkeiten mit einigen Theelöffeln Rhabarbersaft ab. Ein neugeborenes Kind muß wenigstens zweimal täglich Oeffnung haben. Zur Nahrung der ersten Monate ist die Muttermilch am angemessensten, nachher kann man Rühmilch mit der Hälfte gekochtem Wasser und etwas Weißbrodt vermischt, geben, und es allmählig an andere Speisen gewöhnen*). Jeder plötzliche Uebergang von der thierischen Nahrung der Muttermilch zu vegetabilischen Nahrungsmitteln richtet aber großen Schaden an, und legt insgemein den

*) Ich glaube, daß der Salepschleim, von dem ich aber in diesem Fall noch keine Erfahrung habe, ein gutes Nahrungsmittel für Säuglinge ist. Es muß freilich Anfangs sehr wenig gegeben werden.

Grund zur sogenannten Dörrsucht der Kinder. Beim Stillen muß das Kind nicht an der Brust einschlafen, weil gemeiniglich die Milch zuletzt vor dem Einschlafen im Munde bleibt, und während dem Schlaf sauer darin wird.

Von der groben Nahrung, zu der unser Landmann die Kinder sehr frühzeitig und oft nicht allmählig genug gewöhnt, werden sie meistens dickbauchig, und mit Verstopfungen in den Gefrösdrüsen behaftet; doch pflegt seltener, als man glauben sollte, darnach die Dörrsucht zu erfolgen, welches Uebel wahrscheinlich durch die öfteren Bäder verhütet wird. Gewiß sind diese Verstopfungen aber dem Wachsthum hinderlich, und mit Ursach von der kleinen Statur und Schwächlichkeit vieler Landleute. Sie behindern immer den Zeitpunkt der Entwicklung und Ausbildung, und sind häufig die Ursache der Abzehrung und der englischen Krankheit der Kinder. Lauwarme Bannenbäder, besonders wenn das Wasser mit der Weiden- oder Eichenrinde und mit aromatischen Kräutern gekocht ist, der Eichel-Kaffe, gesunde Schlafstellen, Enthaltung saurer Nahrungsmittel, vieler zähen Milchspeisen, selbst des Brodts, und fleißiges Herumsfahren in einem kleinen Wagen in freier Luft [Bewegungen ohne einigen Kraftaufwand] pflegen solche unglückliche kleine Geschöpfe sehr oft von diesen Uebeln zu befreien.

Die Muttermilch muß zur Stillung des Hungers hinlänglich vorhanden seyn. Hat die Mutter zu wenig Milch, so muß sie die Milch durch stärker nährenden Speisen und Getränke zu vermehren suchen. Solche Wirkungen leisten auch insonderheit ein Theeaufguß aus Fenchel-Wurzel, Kraut und Saamen bereitet, wozu man gleiche Theile von gemeinem Dill-

und Körbelkraut zumischt. Nach Erhizzungen ist es eine wichtige Regel bei den Landleuten, daß sie dem Kinde die Brust nicht sogleich geben, weil es leicht Krämpfe, Ausschläge, oder andere langwierige Krankheiten darnach bekömmmt.

§. 179.

Unreinlichkeit ist ein Hauptfehler bei der Erziehung der Kinder, die so viel möglich vermieden werden muß. Sie ist die Ursache vieler Kinderkrankheiten unter dem Landvolke. Ein neugebornes Kind muß alle Morgen, vom Kopf bis zu den Füßen, anfangs mit lauwarmen, nach einigen Wochen mit kühlerem, und weiterhin mit kaltem Wasser gewaschen und gereinigt werden. Das Waschen geschieht am besten mit einem Schwamm, und muß nur ein Paar Minuten dauern, damit dabei keine Erkältung entsteht. Das Kind muß auch sogleich sorgfältig abgetrocknet und vor Zugluft gehütet werden. Das kalte Wasser kann nur da nicht statt finden, wo ein Uebelbefinden darnach erfolgt, oder wann sich irgendwo ein Ausschlag oder Schorf einfindet. Feuchte Wäsche und Schlafstellen sind für Kinder gleichfalls, wie schon an einem anderen Orte erinnert wurde, auf alle Weise zu vermeiden.

§. 180.

Das Wundseyn zwischen den Beinen wird durch Waschen mit kaltem Wasser vertrieben, wenn es einigemal täglich geschieht. Ist dieses unzulänglich; so kann man ein Loh des Saamens von dem gemeinen Kolbenmoos mit einigen Skrupeln Zinkblüten vermischen, und damit die wunden Stellen bestreuen. Dazwischen werden Compressen gelegt.

Das Tragen der Kinder auf dem Arm muß abwechselnd, auf beiden Seiten, und ohne Druck und Hüpfen geschehen. Letzteres ist keine Wohlthat für sie, weil dadurch leicht der Rückgrad erschüttert wird. Jede ununterbrochene, anhaltende, einförmige Position des Kindes begünstiget das Verwachsen der Glieder. Es wäre zu wünschen, daß unsere Landgeistliche im strengen Winter in den Bauernhäusern die Kinder taufeten; geht dies aber nicht an, so müßte die Taufe, zu einer solchen Jahreszeit, wenigstens sechs bis acht Wochen nach der Geburt vorgenommen werden.

Ein verderblicher Gebrauch bei unsern Bauerweibern ist auch der, daß sie ihre Kinder zwei bis drei Jahre stillen, um künftigen Schwangerschaften vorzubeugen. Vielsältige Erfahrungen lehren, daß dies kein Mittel dagegen ist; sondern daß sich die Weiber dadurch kränklich machen, leicht schwächliche Kinder zur Welt bringen, und, wie Gaub behauptet, zum Abortiren geneigt werden. Die beste Zeit des Entwöhnens ist gemeiniglich, wenn ein Kind sechs Zähne hat. Immer muß es schon eine lange Zeit vorher, Anfangs wenige, und unvermerkt mehr und mehr andere Nahrungsmittel bekommen haben.

Tadelnswerth ist auch die Gewohnheit bei den Landleuten, daß Kinder mit alten Leuten zusammen schlafen; weil dadurch die kraftlose und sehr verdorbene Ausdünstungsmaterie der Alten von den Kindern eingesogen, und ihr Körper frühzeitig dem dünnen Alter ähnlich wird.

Dies wären ohngefähr die wichtigsten Fehler, welche mit denen, die schon in anderen Abschnitten erwähnt worden sind, bei der körperlichen Erziehung

unter den Landleuten gerügt zu werden verdienten. Uebrigens ist ihre Erziehung gleichförmig, und nicht durch eine bald verzärtelnde, bald abhärtende Behandlung verdorben. Das Zahngeschäfte der Kinder geht leicht von statten. Sie gebrauchen mit Recht keine Arzneien bei ihrem Ausbruch, auch wenn sich ein geringes Fieber dabei einfindet; weil es meistens eine Folge der Entwicklung dieser Naturwirkung ist.

§. 181.

Bei der körperlichen Erziehung und Behandlung der Kinder muß man überhaupt ihren schlaffen Körperbau, ihren noch nicht völlig ausgebildeten Zustand, ihre tägliche Entwicklung der Kräfte, und die eigene Verschiedenheit der Empfindlichkeit und Unempfindlichkeit gewisser Organe, nie vergessen in Erwägung zu ziehen.

Vermöge ihrer schlaffen Körper = Konstitution ist hauptsächlich der Magen zu Schleimanhäufungen und die Brust- und Hautorgane zu Erkältungen sehr geneigt. Daher sind Kinder so häufig dem Magenhusten, Stik Husten, Köcheln auf der Brust, Krämpfen und Fiebern unterworfen. Daher haben sie so viel mit der schwächlichen Konstitution gemein, und werden oft mit Würmern geplagt [§. 150.]. Daher muß man oft ihrem Alter ganz unverhältnißmäßig starke Abführungen und Brechmittel geben. Der Magen ist nemlich alsdann so sehr verschleimet, daß die gewöhnlichen Gaben eines ausleerenden Mittels gar keinen Reiz auf ihn machen. Daher sind ihnen sehr oft Clystiere zweckmäßiger. Aber eben daher sind ihnen alle schleimerzeugende Nahrungsmittel, wie Kartoffeln, viel Brod und Butter, die Hülsen-

früchte, insonderheit Erbsen, und die vielen schwerverdaulichen Mehlspeisen sehr nachtheilig, besonders wenn sie gleich nach dem Entwöhnen gar keine animalische Kost, sondern fast nichts als Mehlspeisen kriegen. Eine ungeheure Anzahl Kinder wird durch den Mißbrauch solcher Nahrungsmittel [S. 178.] umgebracht. Schon beim Stillen muß eine Mutter oder Amme wenig schwerverdauliche und schleimerzeugende Nahrungsmittel zu sich nehmen. Lassen die Verhältnisse es nicht zu, eine bessere Auswahl von Speisen zu treffen, so muß sie sich wenigstens viel Bewegung machen, und viel verdünnende, wässerichte Getränke dabei trinken. Durch ein entgegengesetztes Verhalten entsteht bei den Ammen eine schwere Milch, bei den Kindern aber der Milchschorf, oder die Dörresucht, oder der Stik Husten, Krankheiten, an denen so viele Kinder auf dem Lande und in den Städten sterben *).

Weniger hat man sich hingegen, als gewöhnlich geschieht, bei Kinderkrankheiten vor der oft vorkommenden Betäubung zu fürchten; weil der Kopf bei ihnen immer der empfindlichste und schwächlichste Theil ist, und Betäubungen sehr leicht, bei der geringsten Ueberladung des Magens, und fast bei allen Zufällen, durch die Mitleidenschaft der Nerven des

*) Noch kürzlich sah' ich eine äußerst phlegmatische Amme, die bei einem am Stik Husten kranken Säuglinge gegen anderthalb Stof abgebrühete getrocknete Erbsen aufsaß. Sie wurde krank, und das Kind bekam von ihr Blähungen, Krämpfe, und starb in wenigen Tagen nach dieser Mahlzeit. Wer wird aber einen Laien überzeugen, daß er auf diese Weise sein Kind ermordet?

Gehirns mit dem Magen erfolgen. Ein Brechmittel macht sie oft in einigen Stunden wieder munter. Aus der Empfindlichkeit, aus der Schwäche des Gehirns und der Nerven, aus der Schlaffheit der festen Theile entspringt auch der Mangel an Reaktion, und die starke Neigung zu Krämpfen in Krankheiten. Eben dieser Mangel an Reaktion macht sie zur Aufnahme jeder Schärfe, und zu allen ansteckenden Krankheiten sehr empfänglich. Besonders sind sie häufig mit einer sauren Schärfe behaftet, die sich durch einen sauren Geruch im Munde, durch saure Ausleerungen und saure Schweiß offenbaret. Kinder müssen demnach sehr selten und vorsichtig salzige und saure Nahrungsmittel, und dergleichen Arzneien bekommen. Bewegungen und Gewöhnung an der freien Luft haben übrigens für Kinder, selbst in vielen Krankheiten, denselben großen Nutzen, als für solche Personen, die mit einer schwächlichen Konstitution [S. 150.] begabt sind. Wegen Mangel an Reaktion ihrer Natur muß man aber auch keinen Zufall, der nicht Folge ihrer Entwicklung ist, für unwichtig halten, sondern gleich Anfangs, wenn die Hülfe der Kunst erforderlich ist, zu eingreifenden Mitteln schreiten.

XV. Von der Bewahrung der Gesundheit bei epidemischen und ansteckenden Krankheiten.

Exposition des Begriffs der epidemischen und ansteckenden Krankheiten §. 182. — Bewahrungsmittel der Gesundheit gegen selbige — reiner Luftkreis — erhabene Ortslage — Feuer — Rauch — angezündete Harze — Tabaksrauchen — Dämpfe von Salpeter — Dünste — Bieressig — Kalkwasser — Salzsäure — Lustreiniger — Wegschaffung alles Uraths und Kleidungsstücke der Kranken §. 183. — Verhütung der Annäherung und Berührung — Einräuchern der Kleider — Qualität der Kleider — Empfanglichkeit der Wäscherinnen — venerische Ansteckung — Ausspülen des Mundes mit Essig §. 184. — Diät — Nutzen der Mäßigkeit — der säuerlichen Zubereitungen von Vegetabilien — der schweißtreibenden Nahrungsmittel — des Brandweins — Vorsicht beim Ausgehen des Morgens §. 185. — Enthaltung aller Gemüthsbewegungen — insonderheit der Furcht und Traurigkeit — Mittel zur Beförderung der Absonderungen und Aussonderungen — Symptome, die eine Ansteckung andeuten — Einreibungen mit warmen Baumöl §. 186.

§. 182.

Epidemische Krankheiten werden diejenigen genannt, die eine gewisse Zeit allgemein herrschend, ganze Gegenden auf einmal überfallen, deren Gift sich in der Luft, oder in einem andern veränderten äußern Zustand des Menschen [z. B. in Hungersnoth] befindet, und zu dessen Ansteckung immer eine gewisse Empfanglichkeit im Körper erfordert wird; ansteckende Krankheiten werden solche genannt, die sich mehr durch Berührung eines Menschen mit dem

andern fortpflanzen, und von einem thierischen Gift erzeugt sind. Die epidemischen sind zugleich ansteckend, aber die eigentlichen ansteckenden Krankheiten, wie zum Beispiel die Krätze, die venerischen Uebel, werden nicht epidemisch angetroffen. Gegen beide Arten von Krankheiten dienen folgende Bewahrungsmittel.

§. 183.

Die erste Regel ist, daß man bei dergleichen Umständen für einen reinen Luftkreis Sorge. Schon in §. 2. ist gezeigt worden, wie sehr eine erhabene Ortslage gegen epidemische Krankheiten sichere, und im §. 4. und 6., wie sehr alsdann alle feuchte, niedrige und morastige Derter zu vermeiden sind; es bleibt demnach noch übrig, hier diejenigen Mittel anzuführen, wodurch eine verdorbene Luft verbessert werden kann. Ein helles, von Tannen- Wacholder- oder Eschen- Holz aufgemachtes Feuer, gehört zu den bekanntesten Lustreinigungen. Es zertheilt sehr geschwinde die schädlichen Bestandtheile der Luft, und kann von unserm Landmann am leichtesten bewerkstelligt werden. In morastigen Wohnplätzen, wo Ueberfluß an Holz ist, und die kalten Fieber heimisch sind, wäre es demnach rathsam, wenn der Landmann bei schlechter Witterung Gesträuche brennen ließ. Der Rauch von angezündeten Harzen, besonders vom Theer, Schwefel, und Schießpulver ist ebenfalls zu empfehlen, zur Zertheilung schädlicher Lustpartikeln. Auch die Rauchluft in den Zimmern, das Tabakrauchen, und die Lufdlöcher in den Stuben unserer Landleute dienen zur Verhütung der Ansteckung. Die Dämpfe von den angeführten Mitteln sind besonders bei feuchter Luft anwendbar; ist die Luft aber mehr trocken und warm, hat man

zugleich einen sehr mageren, dünnen Körper, so sind die feuchten Dünste zweckmäßiger, unter welchen hauptsächlich die Salpeterauflösung in Weinessig heilsam ist *). Man schüttet nemlich pulverisirten Salpeter ganz allmählig auf guten Weinessig, der auf einem gelinden Sandbade steht. Das Mittel ist aber zu kostbar für unseren Landmann, und gemeiner Viereßig auf heiße Ziegelsteine gegossen, habe ich in Hospitälern eben so heilsam befunden. Man feuchtet auch Schwämme mit Essig zum Niesen an, und hat sich auf die Art gegen die Pest sogar schablos gehalten. Sehr wirksam ist auch Kaltwasser in solchen Fällen, besonders in Hospitälern, wenn man damit die Zimmer besprüht. Der Bürger Morveau hat ganz neuerlichst durch Versuche erfahren **), daß das Verpuffen von Salpeter und das Räuchern mit Harzen und Essig, die faulen Dünste bei ansteckenden Krankheiten, nur auf eine kurze Zeit massire, aber nicht zersezt. Durch Nachdenken und Versuche fand dieser berühmte Chemiker, daß die brandige Holzsaure und die Schwefeldämpfe in solchen Fällen wirksam sind, jedoch die Salzsäure vor allen anderen Mitteln den Vorzug verdiene, und am kräftigsten sich als oxidirtes salzsaures Gas beweiße. Die Bereitung des Mittels ist folgende. Will man große Krankenzimmer reinigen; so stellt man in deren Mitte ein Becken mit

*) In England hat man sehr glückliche Versuche mit Salpeterdämpfen in Hospitälern, Gefangnissen und auf Schiffen gemacht.

**) *Traité des moyens de desinfecter l'air, de prevenir la contagion, et d'en arrêter les progrès* 1801.

glühenden Kohlen, auf dieses einen blechernen kleinen Kessel, der zur Hälfte mit Asche oder Brand angefüllt ist; hierauf wird eine irdene Schale, worin sich Kochsalz befindet, gesetzt. Sobald nun das Kochsalz anfängt warm zu werden, gießt man Schwefelsäure darauf, entfernt sich und schließt die Fenster und Thüren dabei zu. Zu neun Unzen Kochsalz werden ohngefähr sieben Unzen Schwefelsäure erfordert. Diese Quantität ist hinreichend, einen geräumigen Krankensaal zu reinigen. Die Räucherung muß bei ansteckenden Krankheiten Morgens und Abends geschehen. Die Kosten der Räucherung sind sehr unbedeutend. Da die Ansteckungs-Stoffe verschieden sind, so ist jedoch zu erwarten, daß diese Räucherung bei allen Krankheiten nicht gleich wirksam seyn wird. Man kann sie auch bei der mephitischen Luft, in lang verschlossenen Hölen und Cloaken gebrauchen. In den Krankenzimmern müssen zugleich Luftreiniger angebracht werden.

„Es ist nun bereits ein Jahr, sagt Schiffer-
 „li *), seitdem ich diese Räucherungen, durch welche
 „man laut Bericht des spanischen Arztes Queralto
 „einer Seuche in Andalusien Einhalt gethan hat,
 „in unseren Militärspitalern anwenden lasse, und die
 „Rapporte beweisen, daß seitdem die Spitalfieber
 „viel seltener sind; die Gangrän der Wunden, die
 „so oft durch die Spitalluft erzeugt wird, ganz weg-
 „bleibt, und überhaupt die Kranken sich weit besser
 „befinden. Hier in Bern war der Nutzen davon
 „um so auffallender, da das Civilspital, in dem
 „diese Räucherungen nicht gemacht wurden, weit

*) In einer Rede vom 19. Nov. 1801.

„ungesunder war, als das Militär-Spital, ungeachtet doch beide Spitäler in einem und demselben Gebäude sind.“

Die einfachste Art der Anwendung ist: in ein Glas Wasser, worin ein guter Löffel voll Kochsalz befindlich, drei bis vier Loth Vitriolöl, unter kleinen Pausen, zu gießen, und den Mund und die Nase beim Aufsteigen der Dämpfe abzuhalten. Eine solche Räucherung ist für zwei kleine Krankenzimmer hinreichend.

Im 21sten Stük des Journals der Erfindungen, werden die neuesten Luftreiniger angegeben. Daß aller Unrath oder abgelegte Kleidungsstücke der Kranken, unverzüglich aus dem Zimmer geschafft werden müssen, wenn man von einer ungesunden Luft und Ansteckung befreit seyn will, bedarf wohl hier keiner Erinnerung weiter, da wir schon an einem andern Orte davon gehandelt haben.

§. 184.

Die zweite Regel ist: daß man die Kleider und die Oberfläche des Körpers vor der Annäherung und Berührung eines angesteckten Körpers bewahre, sich sehr reinlich halte, und den ganzen Körper, oder wenigstens die Hände und das Gesicht fleißig mit Essig wasche. Am wirksamsten ist der durch die Kälte concentrirte Essig. Die Kleider werden mit Schwefel oder Schießpulver durchräuchert, oft gewechselt und in freier Luft aufgehängt und ausgeklopft. Ein Ueberrock von Leinen ist dann sehr zuträglich; weil in wollenen und rauchen Bedeckungen jedes Gift eher haftet. Sogar vor dem Betasten der Hunde und Katzen muß man sich zu dem Erde hüten.

Wichtig ist auch die Bemerkung einiger Aerzte, daß diejenigen Personen, die viel mit Seife zu thun haben, wie Wäscherinnen, von Epidemien leichter als andere Personen ergriffen werden. In Faulfiebern, Ausschlägen, Lungenfuchten, Podagra und bösartigen Geschwüren, muß man nicht nur die Berührung, sondern auch die gemeinschaftlichen Schlafstellen meiden. Venerische Krankheiten pflegen nur dann anzustekken, wenn das Gift an eine rohe, oder mit der dünnen Oberhaut belegte Stelle kommt, wie zum Beispiel durch eine Schnittwunde am Finger, oder durch einen Kuß, bei der Berührung der Lippen, oder durchs Stillen und Säugen, oder durch Einsetzen falscher Zähne, oder durch starkes Reiben am Körper und Anziehen venerischer Kleidungsstücke zuweilen geschieht. Kommt man von mit Epidemien angestekten Personen; so muß man die Kleider gleich ausziehen, und den Mund und Hals mit Essig ausspülen.

§. 185.

Die dritte Regel besteht in einer guten Diät, oder in dem gehörigen Genuß der Nahrungsmittel. Unmäßigkeit im Essen und Trinken ist dann von den schlimmsten Folgen, daher vollblütige und stark genährte Menschen insgemein von Epidemien zuerst angegriffen werden. Sokrates wußte sich durch Mäßigkeit im peloponnesischen Kriege vor der Pest zu sichern. Die Quantität der Speisen muß nach der Körperbeschaffenheit und nach der Gewohnheit bestimmt werden; die Qualität richtet sich hauptsächlich nach dem herrschenden Genius der Epidemie, die jeder Arzt seines Kreises in solchen Fällen angeben muß, da sie bei einem entzündlichen Charakter oft mehr schwächend, bei einem faulichen hingegen mehr stärkend eingerichtet werden muß. Sie besteht daher

insgemein in dem Genuß solcher Nahrungsmittel, welche säulniß- oder entzündungswidrig, und nicht schwerverdaulich sind. Dergleichen Eigenschaften haben alle säuerliche Zubereitungen von Vegetabilien, die Kohlarten, insonderheit der Sauerkohl, die Beeren, der Sauerampf, Petersilien, Eichorien- Löwenzahnblätter, Galgant- Kalmus- und Angelik- Wurzel, die Molken, der Skabeputris, und das dünne Bier der Landleute. Man kann auch Lauch, Zwiebel, Knoblauch, Rettig und Meerrettig zu diesen Speisen rechnen, wenn es der Charakter der Epidemie, und die körperlichen Konstitutionen gestatten. Fleischsuppen kann man mit einigen Tropfen Vitriolsäure sauer machen. Ein Schluck Brandwein des Morgens genommen, ist eben so wenig zu verwerfen; nur darf er nicht den Kopf und die Nerven angreifen. Man darf dann niemals nüchtern ausgehen; sondern muß, ehe man ausgeht, etwas feste und flüssige Nahrung zu sich nehmen. Ein Butterbrod mit gewöhnlicher, oder noch besser mit Kräuterbutter, ist besonders gut, wenn man des Morgens zu Lungenjüchtigen geht. Ich habe beinahe 10 Jahr große Hospitäler dirigirt, mich einige Stunden täglich bei ansteckenden Kranken aufgehalten, und bin auf die Art von jeder Ansteckung verschont geblieben.

§. 186.

Wichtig ist auch die vierte Regel: daß man sich keiner Gemüthsbewegung, insonderheit der Furcht und Traurigkeit überlasse, und darauf sehe, daß alle Absonderungen und Aussonderungen gut von statten gehen. Wird die Ausleerung träge; so dient Weinsteinrahn mit Magnesia des Abends genommen; oder um die Ausdünstung hervorzubringen, warmer Fließther, oder irgend eine Speise mit etwas gekochten

und gebratenen Zwiebeln, des Abends genossen, oder einige Gran Kampfer, mit ein Paar Tropfen Weingeist zu Pulver gerieben, worauf man nach einer Weile ein oder ein Paar Eßlöffel voll Weinessig, oder den Kampfer-Essig [Nr. 12.], oder den sogenannten Pestessig [Nr. 67. im praktischen Theil], nachtrinkt. Der Speichel wird nie niedergeschluckt, sondern ausgespuckt, sobald er sich anhäuft; und es ist sogar notwendig, ihn durch Kauen der Kalnus-Wurzel, oder der Angelik-Wurzel, oder der Wachholderbeeren, wenn man in der Nähe ansteckender Kranken sich befindet, zum Ausfluß zu befördern. Schädlich ist übrigens alles ängstliche Mediciniren, weil es gemeinhin den Körper schwächt, und ihn zur Aufnahme des Gifts empfänglicher macht. Spürt man hingegen Fieber-Bewegungen, als: Hitze, Trägheit, Schaudern, Mangel des Appetits, Rükken-Glieder- oder Lendenschmerzen; sind diese Symptome der Epidemie eigen; so lassen sie eine Ansteckung befürchten, und man muß eilen, der Krankheit durch diejenigen Mittel, welche die Beschaffenheit der Epidemie erfordert, Einhalt zu thun. Von Baldwin ist das Einreiben des Körpers mit lauwarmen Baumöl wider die Pest gelobt worden; es wäre demnach diese Deleinreibung auch bei jeder epidemischen Krankheit zu versuchen. Die Methode ist folgende: man reibt den ganzen Körper mit in Olivenöl getunkten wollenen Tüchern stark und geschwinde ein. Es werden ohngefähr drei Minuten Zeit, und ein Pfund Del zur Einreibung erfordert. Das Del muß lauwarm, aber ja nicht heiß seyn. Darauf erfolgt ein allgemeiner Schweiß über den ganzen Körper, den man zu unterhalten, und durch warmes Getränk zu befördern sucht. Entsteht der Schweiß hinlänglich, so ist nur eine Einreibung täglich nöthig;

erfolgt er aber nicht genugsam, so muß die Einreibung wiederholentlich gebraucht werden. Den Schweiß muß man so lange abwarten, und nicht eher die Wäsche wechseln, als bis die Haut trocken wird, und sich sehr dabei vor Erkältungen in Acht nehmen. Es dient dieses Mittel nicht nur zur Vorbeugung, sondern auch zur Heilung der Pest. Daß keine Ansteckung vorhanden ist, erkennt man daran, wenn der mit Del eingeriebene Mensch sehr starke Schweiße bekommt. Das Mittel hilft aber nicht mehr in der Periode der Krankheit, wenn das Gift schon das Nervensystem angegriffen hat. Man hat diese Oeleinreibungen in der letzten Pest in Volhynien, aber nicht immer mit glücklichem Erfolg angewendet. Einige Patienten haben nach den Einreibungen heftige Schmerzen des ganzen Körpers und eine Hinfälligkeit der Kräfte gefühlt, denen man daher das Del wieder eiligst hat abwaschen müssen; bei vielen andern hingegen haben sie augenscheinlichen Nutzen gezeigt. In der in der Bukowina herrschenden Pest hat man die Oeleinreibungen sehr wirksam befunden.

XVI. Von der Untersuchung des Pulses, und dem Gebrauch und Mißbrauch des Aderlassens.

Ueber die Kenntniß des Pulses §. 187. — Untersuchung
— Verschiedenheiten des Pulses §. 188. — Beurthei-
lung des Pulses §. 189. — Der Puls nach den ver-
schiedensten Lebensperioden — nach dem Temperament —
nach dem Schlaf — nach Ruhe und Bewegung — nach
dem Tabakrauchen — nach Gemüthsbewegungen — nach
genossenen Nahrungsmitteln §. 190. — Resultat der
zufälligen Veränderungen des Pulses — Der harte und
weiche Ader Schlag §. 191. — Die Anzeige des Aderlas-
sens §. 192. — Aderlaß bei schwächlichen — bei voll-
blütigen Konstitutionen — wiederholtes Aderlassen §. 193.
— Quantität des abzulassenden Bluts — in entzündli-
chen Krankheiten — in zweifelhaften Fällen §. 194. —
Mißbrauch — als Präservativmittel — Gegenanzeigen
des Aderlassens §. 195. — Unentbehrliche, theils schäd-
liche, theils nützliche Aderlässe — sehr bedenkliches Ader-
lassen — Verhütung der Ohnmachten beim Aderlassen —
Aderlassen bei den Landleuten §. 196.

§. 187.

Zur Kenntniß des gesunden und mannigfaltigen
kranken Zustandes, zur näheren Bestimmung der
Heilmittel, insonderheit einer Aderlasse, gehört die
Untersuchung des Pulses. Die Chineser halten den
Puls Schlag für den Thermometer der Lebenskraft; man
darf demselben aber nicht zu viel zutrauen, wenn
andere widersprechende Zeichen bemerkt werden *).

*) Die Beurtheilung des Pulses, und die Anzeigen zum
Aderlassen müßte eigentlich der praktische Theil erklä-

Im gesunden Zustande bemerkt man immer ein gewisses Verhältniß zwischen dem Pulschlage und Athemholen, welches aber in Krankheiten seltener übereinstimmt. Gemeiniglich gehen drei, vier bis fünf Pulschläge auf einen Athemzug.

§. 188.

Die gewöhnliche Untersuchung des Pulses geschieht mittelst eines Drucks der Fingerspitzen auf die Pulsader des Vorderarms, durch welchen die Stärke, Schwäche, Vollheit, Kleinheit, Beschleunigung, Retardation, Härte, Weichheit, Gleichheit und Ungleichheit des Schlags bemerkt werden kann. Man kann jedoch den Puls auch an anderen Theilen untersuchen.

§. 189.

Die Verschiedenheiten des Pulses im widernatürlichen Zustande, werden im praktischen Theile bei den Krankheiten angeführt; hier ist nur so viel anzuzeigen, daß zur richtigen Beurtheilung des individuellen Pulses in Krankheiten, der natürliche Puls eines Individuums, den man in gesunden Tagen vorher kennen lernen sollte, zur Norm dienen müsse. Alter, Geschlecht, Temperament, Tageszeit, Ruhe und Bewegung, Affekte und Leidenschaften, die genossenen Nahrungsmittel, und die Temperatur des Körpers, müssen dabei berücksichtigt werden.

ren, da aber dieser theoretische Theil den gesunden Pulsschlag abhandelt, und das Ueberlassen von vielen Nichtärzten ganz unbedingt als ein Präservativ gegen Krankheiten gebraucht wird; so können füglich beide Gegenstände auch hier erörtert werden.

§. 190.

Im kindlichen Alter hat der Puls die größte Schnelligkeit. Bei Neugeborenen ist er, der Schwäche und Geschwindigkeit wegen, nicht deutlich zu unterscheiden. Späterhin, bis zum sechsten Monate, ist er von 120 bis 140 Schlägen in einer Minute; nach einem Jahre 108 bis 126; nach zwei Jahren 90 bis 120, nach sieben Jahren 72 bis 93, nach vierzehn Jahren 77 bis 84 in einer Minute. Der Puls des Mittelalters ist in unserem Klima zwischen 65 bis 80 Schlägen, am häufigsten 72 bis 78, selten 45 oder 90 Schläge.

Der Puls des weiblichen Geschlechts ist um ein Siebentheil geschwinder als der männliche Puls. So ist auch der Puls nach der stärkeren Reizbarkeit des Temperaments immer schneller. Im Schlaf und in der Ruhe vermindert er sich, nach dem Aufstehen, nach Muskularbewegungen, und des Abends vermehrt er sich wieder. Sogar das Sprechen vermehrt ihn um einige Schläge, und das Tabakrauchen um sieben, acht und mehrere Schläge in einer Minute. Lebhaftre Vorstellungen, Geistesanstrengungen, Gemüthsbewegungen und eingenommene Nahrungsmittel machen den Puls gleichfalls schneller *).

§. 191.

Aus diesen erwähnten zufälligen Veränderungen des Pulses ergibt sich demnach, daß aus dem

*) Die Elektricität hat nach van Marum's Versuchen keine merkliche Wirkung auf den Puls.

Pulschlage allein, weder der gesunde noch der kranke Zustand richtig beurtheilt, noch eine Anzeige zur Aderlasse bestimmt werden kann. Er ist aber, in Verbindung der übrigen Symptome, ein sehr wichtiges Zeichen in Krankheiten. Ein Puls, der nach einem Druck der Fingerspitzen sich nicht mindert, sondern vielmehr härter anschlägt, bestimmt in Verbindung mit anderen Zeichen, gemeiniglich eine Aderlasse; dahingegen derjenige Adererschlag, der sich bei einem Druck der Fingerspitzen gleichsam verliert, in den meisten Fällen auf einen Schwäche-Zustand hindeutet, der keine Aderlasse verträgt, ausgenommen, wenn sehr tiefe Entzündungen, wie zum Beispiel eine heftige Lungenentzündung, die Krankheit ausmachen. In letzteren Fällen bewirkt eine zeitige Aderlasse auch bei einem weichen Pulse, oft allein die Rettung der Kranken.

§. 192.

Das Aderlassen dient überhaupt in Vollblütigkeit [§. 148. und 149.], in Entzündungen, und in Kongestionen nach sehr edlen Theilen; z. B. in Kopf- und in Brust-Verletzungen. Aber nur in einem hohen Grade dieser Zustände ist das Aderlassen in dergleichen Fällen anzustellen. Ein geringer Grad von Vollblütigkeit wird durch Enthaltung stark nährenden und hitziger Nahrungsmittel, durch alles, was Wallungen macht, durch Vermeidung zu vielen Schlags, durch angemessene Bewegungen in kühler freier Luft, und den Genuß säuerlicher Getränke, durch Abführungen und Vermehrung verschiedener Sekretionen abgeholfen. Entzündungen und Kongestionen werden oft auf dieselbe Weise durch kühlende, entzündungswidrige Mittel, und durch Ableitungen gehoben.

§. 193.

Je mehr die Lebenskraft angegriffen, und je schwächer ein Subjekt ist, wie z. B. bei Kindern der Fall ist, desto passender ist, bei einer örtlichen Vollblütigkeit, oder entzündlichem Zustande der Gebrauch der Blutigel, statt des Aderlassens. Meistentheils pflegen andere ableitende Mittel in dergleichen Fehlern hinlänglich zu wirken.

In Krankheiten mit kraftvollen Actionen, bei der wahren, allgemeinen Vollblütigkeit, bei einem Exceß der Lebenskraft, deren Anfälle fast immer gleich nach dem Schlaf des Morgens kommen, ist das Aderlassen am nothwendigsten. Zuweilen muß das Blutlassen sogar wiederholt werden, bis die heftigen Actionen der Organe zu dem Grade herabgestimmt sind, der eine heilsame Crisis erwarten läßt. Dies muß schon das geübtere Genie des Arztes entscheiden.

§. 194.

Die gewöhnliche Quantität des abzulassenden Bluts bei einem Erwachsenen, ist acht bis zwölf Unzen, jedoch muß man in dieser Bestimmung mit der strengsten Vorsicht zu Werke gehen, und die individuelle Körperbeschaffenheit [§. 144.], das Geschlecht, die Gewohnheit, die Witterung [§. 30.], Jahreszeit, und hauptsächlich den herrschenden Charakter der Krankheiten dabei in Erwägung ziehen.

Je entzündlicher eine Krankheit ist, desto schneller pflegt man, aus einer großen Oeffnung, das Blut fließen zu lassen. In zweifelhaften Fällen muß man nur einige Unzen Blut ausleeren, und dann die Wirkung des Blutlassens, und die Beschaffenheit des Bluts [§. 148.] beobachten.

Der Mißbrauch des Aderlassens schwächt die Lebenskraft, macht Anlagen zu Krämpfen, unterdrückt die Crisen der Krankheiten, und verursacht oft langwierige und unheilbare, oder auch schnell tödliche Nervenübel. Folgen der Art entstehen nicht selten unter Nichtärzten, die das Aderlassen als Präservativmittel wider Krankheiten gebrauchen. Dieses Präservativmittel sollte dem gemeinen Manne nach seinem Eigendünkel anzuwenden, gar nicht gestattet werden; weil es früh oder spät, durch eine leichtsinnige Anwendung, das Leben und die Gesundheit in die größten Gefahren stürzt *). Gastrische, besonders gallichte Zufälle, hysterische und hypochondrische Beschwerden, Schwäche und Mangel an gutem Blute sind die Gegenanzeigen des Aderlassens.

§. 196.

Doch ist zuweilen eine Aderlasse theils schädlich, theils nützlich, aber der dringenden Gefahr wegen unentbehrlich. Zum Beispiel bei Schlagflüssen von Schwelgerei und Berauschung, mit gastrischen Unreinigkeiten. Am bedenklichsten ist das Aderlassen in gallichten Krankheiten. Tissot sah ein solches epidemisches Seitenstechen, an dem alle starben, denen man Blut ließ, und von denen alle genasen, die nicht mit Aderlassen, sondern blos mit ausleerenden Mitteln behandelt wurden. Mehrere Aerzte, und ich

*) Ueber den Mißbrauch des Aderlassens in den nördlichen Provinzen Rußlands, für Leser aus allen Ständen, von M. E. Styr. Miga 1793.

selbst haben ähnliche Beobachtungen bekannt gemacht *).

Den Ohnmachten beim Aderlassen wird dadurch vorgebeugt, wenn die Kranken bei einer Anwandlung von Ohnmacht sogleich eine horizontale Lage bekommen; wenn sie kaltes Wasser in den Mund nehmen, oder Essig oder Salmiak riechen, und wenn die Ader zeitig zusammen gedrückt wird.

Bei unseren Landleuten wird ein großer Mißbrauch mit dem Aderlassen getrieben. Fast in allen schmerzhaften Krankheiten pflegen sie, ohne die Ursache der Schmerzen und den Körperzustand in Erwägung zu ziehen, sich dieses Mittels zu bedienen, und dadurch nicht selten einen unerseßlichen Verlust derjenigen Kräfte zu verursachen, die zur Ueberwindung der Krankheit unentbehrlich sind.

Der russische Landmann ist gemeiniglich vollsäftiger als der Ehste und Letzte, der Gebrauch des Aderlassens müßte mithin, besonders bei den letzteren Völkerschaften, weit mehr eingeschränkt werden. Die Aderlassinstrumente sind zudem oft rostig und stumpf, wodurch nicht selten langwierige Geschwüre nachbleiben. Ihre Liebhaberei, sich auf der Stelle das Blut abzulassen, wo der Schmerz sitzt, geht so weit, daß sie sich an allen Stellen des Körpers, sogar an der Nasenspitze oder Schläfe zur Ader lassen. Daher kommt es aber auch, daß sehr oft Pulsadern verletzt werden. „Noch neulich, schreibt mir ein geschickter

*) §. 39. in der Note bei der Tabelle, über den Gang der Krankheiten in Liefland.

„Wundarzt, habe ich eine solche Wunde an der
„Vorderhand, die 4 Wochen lang, alle vier, fünf,
„sechs oder sieben Tage so stark blutete, daß der Pa-
„tient kalt und todttenblaß wurde, und kein Blut
„mehr zu haben schien, zu behandeln gehabt; jedoch
„glücklich einzig und allein mit dem Thebenschen
„Wundwasser [Nummer 44. im praktischen Theil
„bei der näheren Bestimmung der Arzneimittel]
„geheilt.“ Man sollte demnach nie an ungewöhn-
lichen Stellen, ohne Zuziehung eines Arztes, Blut
lassen.
